ما تكرهه النساء في الرجال

عايدة الصلال

رقم الإيداع بدار الكتب
١١٥١١
الترقيم الدولي
I.S.B.N 2227

دار الروضة - للنشر والتوزيع

٢ درب الأتراك خلف جامع الأزهر
٥٩١٣٤٢٤ - ٥٠٦٦٨٨٤ فاكس : ٥٩٢٧٣٦٤





لزواج هو النظام الأمثل الذى توصلت إليه الإنسانية لتنظيم العلاقة بين الجنسين .. وهو يعنى تكوين أسرة وإنجاب أطفال ، ولكنه يعنى كذلك تهيئة جو الهناء والسعادة أمام المرأة والرجل ، حتى يتقدم المجتمع ويسعد البشر .

ولكن كيف يمكن للزواج أن يحقق النجاح المنشود ، ويخلق الأسرة السعيدة المطمئنة ؟

هذا هو السؤال الذى حير الباحثين والأخصائيين فى شتَّى المجالات ومن هنا كانت أهمية وضع الأسس السليمة للحياة الزوجية الناجحة والسعيدة ، فقد قمت بإعداد مجموعة من الكتب فى بيان ما يحبه الرجال فى النساء ، وما يكرهه الرجال فى النساء ... وما يحبه النساء فى الرجال وما يكرهه النساء فى الرجال وبيان المرأة التى يتمناها الرجال ، وبيان المصاعب الجنسية التى تواجه الرجال والنساء ، وبيان المفاهيم الخاطئة عن الزواج وكيف تجعل حياتك شهر عسل مستمر وكيف تتزوج وتعيش سعيداً للأبد وقد عملت جهدى لأعطى هذه المجموعة حقها .

والله الموفق ،،

عايدة أحمد سليمان

الرجــل الــذى لا يقــول : أنــا أحبــك !

ظلم وحيف .. نشأنا كأجلاف ، تمردنا على العاطفة الإنسانية واعتبرناها دليل ضعف واستخذاء .

لو شئت لتقدمت بعشرات الأسباب ، وعشرات الأعذار . كنت تعباً بعد يوم طويل من العمل . وفوجئت . أو ربما كنت جائعاً .

ووقعت المفاجأة .. كان ابني ، وهو في الثانية عشرة من عمره ينتظرني ، ولما دلفت إلى غرفة الاستقبال التفت إليّ وقال : « أنا أحبك » .

وارتبكت ، لم أعرف ماذا أقول؟ بضع ثوان ـ بضع ثوان طويلة ـ وقفت واجماً أنظر إليه وأنتظر أن يكمل ، إنه ولا غرو محتاج إلى مساعدة في فروضه . هذا أول خاطر تبادر إلى ذهني ، أو أنه سيطلب سلفة على مصروفه ، أو أنه اغتال شقيقه ـ عرفت أن هذا سيقع في يوم ما ـ وها هو يمهد بمكر للنبأ المشؤوم .

وقلت أخيراً : « ماذا تريد؟ » ضحك الفتى واستدار على عقبيه ليغادر الغرفة ، ولكني استمهلته بقولي : « ما الذى جرى؟ » .

قال : «لا شيء» ، ولم تفارق البسمة شفتيه .. واستتلى : « معلم الصحة قال لنا: يجب أن نذهب إلى منازلنا ونقول لآبائنا وأمهاتنا إننا نحبهم ، ثم نسمع جوابهم . إنه اختبار ليس إلا ! » .

في اليوم التالي اتصلت بمعلمه لأستوضحه عن هذا الاختبار الفريد ، وفي نفسي ما فيها من رغبة في معرفة أجوبة الآباء والأمهات .

وقال المعلم : « كانت ردود فعل معظم الآباء كرد فعلك . لم أطلب من الصغار أن يبلغوني النتيجة ، ولكنهم جاءوا متطوعين وقالوا كلهم كلاماً مماثلاً لكلام ابنك . أتدري ، عندما اقترحت عليهم القيام بهذا الاختبار ، سألتهم عمّا

سيقوله آباؤهم ، فضحكوا .. وقال اثنان منهم إن أبويهم سيصابان بنوبة قلبية » .

لاشك أن البعض أغضبته بدعة المعلم ، أولئك الذين يحصرون مهنة المعلم بتعليم القراءة الصحيحة ، والكتابة الجميلة ، لا إثارة موضوع شائك يربك التلاميذ وأهليهم .

عندما كنت طالباً فى المدرسة علمنا معلمو الصحة كيف نأكل طعاماً متوازناً ، ونبقى على نظافة أجسامنا ، ونغسل أسناننا جيداً . فما علاقة «أنا أحبك» بكل هذا؟ إنه شئ شخصى بين الأبوين وولدهما ، ولا يحق لأحد أن يتدخل فيه .

ولكن المعلم شرح لى وجهة نظره ، قال : « إن شعور الفتى بحب أبويه جزءٌ هام من أجزاء الصحة البدنية والذهنية . إنه شئ يحتاج إليه الجميع . وما أحاول تبيانه لهم أن الإحجام عن إظهار المحبة هو كبت مؤسف للشعور . فليظهر الناس ما يشعرون به من حب لآبائهم وأمهاتهم وأصدقائهم ...

هذا المعلم الكهل يقدِّر الصعوبة التى تواجه البعض متى رغبوا فى قول شئ نافع ومفيد . أبوه لم يقل له شيئاً من هذا القبيل كما اعترف ، وهو الآخر لم يقل ذلك لأبيه ـ حتى وهو على فراش الموت ـ .

الكثيرون يأبون ويرفضون . وقد نشأوا فى أحضان آباء وأمهات يحبونهم ، ولكنهم لا يعبِّرون بالكلام عن حبهم . إنها قصة مألوفة ، والسبب الأول لما نفعله ونقوم به أحياناً .

ولكنه كعذر بدأ الآن يتفكك ويزول . فجيلنا شرع يخصص جانباً كبيراً من اهتمامه للتقريب بين الإنسان ومشاعره للتعبير بالكلام عن عواطفنا وأحاسيسنا . نحن نعلم ، أو يجب أن نعلم بأن أولادنا ـ صبياناً وبناتاً ـ يحتاجون إلى أكثر من طعام على المائدة ، وثياب فى الخزانة . نحن نعلم ، أو يجب أن نعلم بأن قبلة الأب تنطق بالمحبة على وجنة الابن والابنة .

لقد زال عهد اتخاذ القدوة فى كل شئ من آبائنا .. فنحن نتصرف تصرفاً جديداً ومغايراً . آباؤنا لم يشتملوا بسراويل الجينز ... آباؤنا لم يلازموا زوجاتهم عندما

يأتيهن المخاض .. آباؤنا لم يساعدوا أمهاتنا فى الأعمال المنزلية .. اباؤنا انصرفوا ، وانصرفت معهم تقاليدهم .

فإن كنا قادرين على التكيف مع هذه التقلبات الزمنية فيجب أن نعرف ماذا نفعل متى قال لنا ابننا الصغير إنه يحبنا . أنا لم أعرف فى البدء . فليس من السهل الوثوب من موقع إلى موقع آخر على حين غرة . ولكن عندما تقدّم ابنى فى ذلك اليوم ، أو فى ليل ذلك اليوم لأقبله قبلة النوم ، أطلتها ، أضفت إليها ثانية واحدة ، وقبل أن يفارقنى قلت له بصوت رجولى عميق الغور : « اسمع .. أنا أحبك! » .

ولا أدرى إن كان قولى قد ارتفع بنا إلى صعيد جديد سام .. لا أدرى إن كان مشبعاً صحةً وعافيةً لكلينا ، ولكنه فى الحقيقة جعلنى أشعر بالسعادة .. جعلنى أثق بنفسى فلا أتردد عن إعادته مراراً وتكراراً .

وإذا ما قال لى أحد أولادى يوماً : «أنا أحبك» لن أنفق النهار وأنا أفكر بالجواب الصحيح .

******

الرجل الذى يرفض التسليم بحاجته إليك

أثناء تأليفها لكتابها الجديد (**الإخلاص بين الغرباء**) وعند مقابلتها لأكثر من مائة وخمسين زوج وزوجة وجهت الكاتبة «**ليليان روبن**» **السؤال** : **أية أفكار** يمكن أن تراود أذهانكم عند سماع عبارة الاستقلال الذاتى والحرية الفردية ؟

وبالنتيجة تبين أن النساء أكثر تحفظاً من الرجال لمدلول كلمة الحرية والاستقلالية وتراودهن حيالها أفكار الخوف والوحدة ، بينما ربط الرجال بين هذه الكلمة وما توحيه من أجواء الحرية والقيادة والتسلط والسعادة فى الاعتماد على النفس .

ولما كانت الحرية قد كرست منذ فجر التاريخ كحق للرجال فقط دون النساء ، فقد استمر الرجال يمارسون هذه الحرية ، وينكرونها على النساء وتراهم يتذمرون من استقلالية المرأة وينظرون إلى المتحررات باستهجان .

ومن النادر ما يربط الرجل بين هذه الاستقلالية الفردية المعطاة له طبيعياً ، واشتراك المرأة فى هذا الحق الذى تفتقده فى حياتها العائلية . فحرية المرأة واستقلاليتها محصورة ومرتبطة بعلاقتها الزوجية .

كل هذا كان يوحى بأنّ المرأة هى الشريك الذى يحتاج إلى الرعاية والاعتماد على الغير ، وأنّ الرجال يميلون إلى الاستقلالية والحرية ، إلّا أن هذا ليس صحيحاً دائماً ، وخصوصاً إذ فرّق الزمن بين الزوجين ، وعندها نرى التباين بالرغبة للزواج ثانية بينهما . فمعظم الرجال يسارعون إلى الزواج ثانية عدا قلّة منهم فإنها تتريث بعض الوقت ، قبل الإقدام ثانية على الزواج ، ربما بدافع الألفة العائلية القديمة . يقول أحد عمال الطيران :ـ بعد زواج دام أكثر من اثنين وثلاثين عاماً وانتهى بالفراق ـ أودُّ أن أعيش حياة العزوبية ولكن لفترة قصيرة لأنّ العزوبية تفقد المرء

الكثير من الراحة والمساعدة والعناية والدفء الزوجي .

أليس ذلك ملفتاً للنظر والتأمل ؟ هؤلاء الرجال الذى يحبذون كثيراً الاستقلال والحرية ويقرنوها بالسعادة والقوة والتسلط ، لا يستطيعون العيش المضنى والقلق فى ظل العزوبية بعيداً عن الاطمئنان الزوجى السعيد .

بينما خمسين فى المئة من النساء يرفضن الزواج ثانية ، وحتى اللواتى أصبحن يعشن وحيدات بعد زواج أولادهنّ وبناتهنّ ومغادرتهم منزل العائلة . وبعضهنّ يعتقدنّ بأنه كما للزواج من منافع فهناك أيضاً الكثير من التكاليف والتضحيات . فهن يردنّ استعادة حياتهنّ المفقودة ، كما وصفتها إحدى المتزوجات منذ ثلاثين عاماً والبالغة من العمر خمسين سنة : « لن أتزوج ثانية مع معرفتى جيداً بالفراغ والوحدة القاتلة التى ستنتابنى ، غير أنى أعرف أيضاً أن الزواج يسلب المرأة أشياءً كثيرة غير أن بعض النساء شككن من جدوى المطالبة باسترداد استقلاليتهنّ . خوفاً من أن تؤدى هذه المطالبة لوحدة كئيبة مميتة .

ولكن ما الذى نفهمه من هذا الاعتراف المتناقض؟! : رجال يربطون بين مفهوم الاستقلالية بالحرية والسعادة ومع ذلك يسارعون للزواج عند فقدانهم لزوجاتهم ونساء يتكلمن عن استقلاليتهن بخوف وحذر ويتصرفن عكس ذلك ! .

ويجب ألاّ ننسى بأن تعريفنا وتحديدنا للرجولة والأنوثة لا ينسجم دائماً مع احتياجاتنا الداخلية . ومنذ فجر التاريخ استأثر «الرجل» بالاستقلال العاطفى لأنه سيطر وامتلك الناحية الاقتصادية والاستقلال المادى ، فانعكس الوضع سلباً على المرأة ، حيث فقدت حريتها واستقلالها العاطفى عندما سلبت الإرادة ، والاستقلالية وإدارة الوضع الاقتصادى أو بالأحرى عندما أنيطت عفوياً هذه المهمام بالرجل .

وكثيراً ما يتصرف الرجال مع النساء تصرفاً طفولياً حتى قيل « أنّ الرجل هو طفل كبير » لتطلبه واعتماده على المرأة الصديقة المخلصة . وهذا السلوك لا يغيب عن ذهن المرأة الذكية حيث ترى أمامها صورة الرجل الحقيقية .

حقاً إنّ الرجل مستقل ذاتياً ويحتاج فى الوقت نفسه إلى الارتباط . ولكنّ هذه

الحاجة لا تبدو أنانية نظراً لامتيازاته العديدة ، ولطبيعة المجتمع والتركيب العائلى الذى يعطيه هذا الوجه الاستقلالى المتميز عن استقلالية المرأة بقوته وتسلطه الفارض لوجوده ، والآيل إلى طمس معالم الاستقلالية الأنثوية مهما نمت هذه الأخيرة وتمكنت .

ما من عاقل يشك باحتياج الرجل إلى عناية زوجته وقيامها بالشؤون الحياتية اليومية من تحضير الطعام وتلبية احتياجات الأطفال اليومية . ولولا المرأة لكانت هذه الحياة اليومية بالنسبة للرجل مربكة ومملة فى آن معاً . ومع ذلك تقوم المرأة بهذه الواجبات عن طيب خاطر وبدون تذمر .

ونلاحظ حتى فى العائلات التى يتعاون فيها الرجل والمرأة أنّ المشاركة تكون فى المسؤوليات ولا يمكن للعمل أن يكون فردياً ، وعند بعض العائلات يعطى الرجل عملاً فى البيت مؤقتاً وليس دائماً .

إن الدراسات القائمة تؤكد أنّ حياة المتزوجين من الرجال أطول وأسعد من أولئك الذين لم يتزوجوا . بينما تزداد المشاكل الجسدية والعاطفية عند المتزوجات من النساء . والترمل حالة صعبة للجنسين ، ولا يتأثر عمر المرأة بفقدان زوجها حتى ولو لم تتزوج ثانية ، ومع ذلك دلّت الإحصاءات بأنّ حياة الأرامل من النساء تتأثر كثيراً إذا لم يسارعن إلى الزواج ثانية .

وإذا كانت حياة العزوبية عند الرجل صعبة المراس عملياً ، فهذا يؤكد ويشير بأنّ العلاقة بين الرجل والمرأة ليست بالضرورة علاقة جسدية فقط بل إنها توازن عاطفى متبادل . إن النساء لا يمثلن ـ فقط ـ مصدر الاستقرار العاطفى لأزواجهنّ بل هن بمثابة المخرج والأداة لتعابيرهم العاطفية ، حيث نرى ذلك واضحاً عند صداقات الرجال والنساء .

عندما أجرت السيدة « ليليان روبن » مقابلات استطلاع مع عدد كبير من الرجال والنساء تتراوح أعمارهم بين الثلاثين والخامسة والخمسين ـ متزوجون ومطلقون وعزّاب ـ ومن طبقات اجتماعية مختلفة تبين للكاتبة بأنّ أكثر من ثلثى

العزّاب من الرجال فشلوا فى تسمية صديق مخلص بينما بعض رفاقهم اعترفوا بصداقاتهم النسائية . وبالمقابل تبين أنّ أكثر من ثلاثة أرباع العازبات من النساء أسرعن لتسمية الصديقة الحميمة من جنسهنّ . أمّا بالنسبة للمتزوجين من الرجال والنساء فقد تبين أنّ الرجال أكثر صداقة مع نسائهم ويلجأون إليهن لحل مشاكلهم العاطفية ، بينما النساء المصادقات لأزواجهنّ لم يترددن فى تسمية صديقات من جنسهنّ يبحن لهن بجميع مشاكلهنّ طلباً للمساعدة .

وعموماً فإن صداقات النساء لبعضهن تعتمد على الإخلاص المتبادل والبوح الذاتى فضلاً عن المساعدة العاطفية . بينما نجدها عند الرجال تأخذ طابع المصلحة والعمل البعيد عن مشاركة الذات .

إنّ الارتباط القوى بين الرجال لا يؤدى ولا يعنى بالضرورة الإخلاص والألفة والصراحة العاطفية . ومع أنّ هذه الصداقات بين الرجال تقودهم للمشاركة فى كافة النشاطات بالعمل والرياضة إلا أنها لا تُظْهِر أفكارهم ومخاوفهم ومشاعرهم الداخلية ، حتى أنّ الكثيرين من الرجال لا يعرفون دقائق الأمور المتعلقة بمصاعب ومشاكل أصدقائهم إلا فى اللحظة الأخيرة .

والمرأة تفتخر بأنها الإنسان الوحيد الذى يمد الرجل بالطاقة العاطفية التى تنعدم بدونها حياة الرجل . إن مؤازرة المرأة العاطفية للرجل نقطة أساسية فى الزواج وعامل من عوامل استمراريته . فمن السهل شراء الخدمات المنزلية واكتساب صداقات أخرى مع الرجال ، ولكن المرأة تبقى المصدر الأول والأخير لعواطف الرجل رغم ما تتحمله من المطالب التى تُفْرَض عليها فرضاً .

وعن هذه المطالب ، روت إحدى النساء البالغة من العمر الخامسة والثلاثين قصتها مع زوجها الذى يفتخر باستقلاليته ، بأنها بعدما أدخلت أولادها للمدرسة أرادت إكمال تحصيلها الجامعى ، والتحقت بالعمل كمساعدة لمدير شركة صناعية. وتعترف هذه السيدة بسعادتها الزوجية فهى لا تتشاجر مع زوجها إلا عند مناقشة قضية الاستقلال . وتضيف هذه المرأة بأن زوجها يتبجح باستقلاليته ولكنه

يصر « على مرافقتى لأى مكان » . وعندما أقـضى إجازتى مع الأولاد ، وأود زيارة بعض الأصدقاء والتوجه للريف ، يصر على وجوده معى حتى يتمتع بتلك الرحلة ، وتتساءل هذه السيدة قائلة : « أين هى استقلالية الرجل القوية ؟ » .

لقـد أثرّت «الأم» على الجانب العاطفى للرجل منذ الطفولة بسبب رعايتها المخلصة وتلبيتها لجميع متطلبات تلك المرحلة ، وأثناء نموه يبدأ بالتعرف والاتجاه نحو شخصيته «الذكرية» فيتخلى عن ارتباطه مع أمه وينمّى هويته الذكرية بعلاقات جديدة مع الأب تتيح له الاستقلال الذاتى .

ولكن هذا الكبت والتحول لا يُلغى إطلاقاً ميله وتوقه إلى الرعاية والاهتمام بل يترك هذه «الاعتمادية» جانباً بعض الوقت ، ليعود ويسعى إليها ثانية مع امرأة مغايرة لشخصيته الذكرية المستقلة حتى لو أدى هذا إلى الازدواجية والتناقض .

ولسوء الحظ فإن هذه الظاهرة التناقضية فى حياة الرجل والقائمة على سعيه الحثيث لاستقلاليته الذاتية تقابل حنينه القديم إلى إخلاص وعاطفة المرأة حيث يفقدانه هويته الذاتية .

إن المجتمع بعوائقه المعتمدة ساند وآزر استقلالية الذكر واعتمادية الأنثى ، بل سلب المرأة الكثير من حقوقها الاقتصادية والاجتماعية وأعطاها للرجل . ولا يزال هذا المجتمع يعتبر بأن الأنوثة تعنى السلبية والاعتمادية على الرجل . بينما الاستقلال والتسلط والكفاح من سمات الرجولة . لقد دلّت التجارب بأنّ نجاح المرأة واستقلالها الذاتى قليلاً ما يؤازر ويسعد الحياة العائلية ، بعكس المرأة العادية البسيطة التى تنجح فى إسعاد الأسرة . والعكس هو الصحيح بالنسبة للرجال . وهذه الأسباب دعت الزوجة للمبالغة فى تصوير متاعبها من جراء الاعتماد على الزوج من هنا دعته للتقليل من استقلاله الذاتى .

ولأنّ العالم لم يعرف المرأة إلا زوجة للرجل ، فمِن الطبيعى لهذه المرأة أن تعتقد بأن ارتباطها بالرجل القوى والقادر والذكى سيؤمن لها المكانة الاجتماعية والأمان والاستقرار . وفى هذه الأيام كثيراً ما يتعرض الرجل للنقد والهجوم من قِبَل المرأة

إلى حين يبدد مخاوفها ويوصلها لأعلى مراتبها الاجتماعية ، ومع هذا فإنّ غالبية الرجال يرفضون هذه المطالب ويعارضونها .

وفى الحقيقة فإن الرجال والنساء على السواء لا زالوا فى جدال لموضوع قيام تلك الاستقلالية وعدمها . لقد عبّرت عن ذلك امرأة فى الثانية والثلاثين من عمرها عندما قالت : « إنى لا أتصور حالة كونى وحيدة . كيف أساعد نفسى وأطفالى مستحيل ... مستحيل .. » .

وحيث أنّ المرأة بحاجة إلى مساعدة الرجل المادية ، فإن هذه الحاجة سرعان ما تتحول إلى حاجة عاطفية ، تجعل من المرأة غير المكتفية مادياً طفلاً يسعى لتلبية حاجاته الضرورية .

وأحياناً تختلف الصورة فعند استقلال المرأة المادى ربما وجدت نفسها فى حل من مساعدة الرجل المادية وكأنّ شيئاً لم يتغير ولكن الحاجة العاطفية لا تنقطع بينهما .

ومن أسباب هذا الارتباط العاطفى للمرأة مع الرجل والذى يبقى على الدوام هو أن «اعتمادية» المرأة على الرجل وبشكل دائم يعنى لها شعوراً داخلياً وأساسياً للارتباط العاطفى . وعندما تقول المرأة « أنا لا شئ بدونه » فهى تعنى الارتباط المخلص وليس أبداً الاعتماد المادى .

والرجال بحاجة لهذا الارتباط أيضاً ولكنه يبدو ضئيلاً لأن هذا الارتباط أبعد وحجز عن الوعى العقلى بطرق لا توجد عند النساء . فالرجال يخافون الاعتماد على الغير بينما النساء يخفن من مطالبهنّ الاستقلالية . ولكن عند محاولة إلغاء أو تغير ذلك المفهوم الاجتماعى بالنسبة لاستقلال الرجل والمرأة نُهدَّد بتلك التفرقة النفسية والوحدة ويخامرنا الخوف من الانفصال الدائم .

إن الدور الذى يمثله « **الرجل البطل الكبير** » ليس بالضرورة إشباعاً لذاتيته المستقلة ولكنه احتواء لخوفه من الأم القوية والتى تركته وقت الحاجة. واحتياج المرأة له بالحياة يشعره بأمان دائم وبالتعويض عن ألم الخسارة والضياع .

ومع إدراك الأكثرية المطلقة من الرجال بأنّ استقلالية الزوجة ربما أدت إلى تقوية الزواج أو إفشاله ، فهذا لا يتعارض مع كلمة الفكر والانفعالات التى أدّت إلى استقلالهم الذاتى ولم تمح الخوف عنهم فى الوقت ذاته .

وحتى النساء اللواتى يتحسسن مخاوف أزواجهنّ ويعانين مشاكل تتعلق باستقلالهنّ الذاتى يشاركن أزواجهنّ فى المبالغة فى تصوير هذه اللعبة الاجتماعية .

أخيراً نختصر هذا التصور الاجتماعى لمدلول الاستقلال الذاتى عند الجنسين بالرجوع إلى ما قاله **«سيغموند فرويد»** بأن تفهمنا لتصوراتنا الداخلية المتعلقة بهذا الموضوع والتى طالما تقع خارج وعينا ، يضعنا حينئذٍ على طريق التغيير الذى نبحث عنه جميعاً هذه الأيام .

******

الرجـــل الغـــائب عاطفـــياً

السكوت الطويل ، والشعور المتلبد يزيدان من اضطراب حياتك . إنه عاجز عن تبليغك رسالة الحب ، أو إظهار مساندته لك ، حتى وأنت فى أمس الحاجة إلى الحنان .. فهل تستطيعين تحويل مثل هذا الزوج الجامد القلب إلى رفيق عاطف شغوف؟!

تكافح «عبير» لترقى سلالم النجاح فى المصرف يحزُّ فى صدرها عجز زوجها «فؤاد» عن فهم احتياجاتها والتجاوب معها تقول عبير - وقد بلغت من العمر إحدى وثلاثين سنة - : « هو لا يدرك ما أرزح تحته من ضغوط وأشعر أنى ملزمة بحمل جميع أعباء هذا الزواج ، بل يعيش حياة سعيدة ، ويرغب أن يأكل طعامه فى الوقت المعين ، ويمارس الجنس فى الموعد المحدد ، ثم يُذْهَلْ إن أنا ثرت لأنه متبلد الحسّ لا يلاحظ أبداً ما أشعر به فأجن ، ويجنُّ جنونى إلى أن أنفجر » .

لوّعتها وفاة أمّها ، واستحوذ عليها الاضطراب وشعور المذلّة عندما أنزلوا درجتها فى الشركة فأخذت تستخرط فى البكاء . هذه هى «سلوى» الشابة ابنة الرابعة والعشرين . ولا تلقى من زوجها ياسر المساعدة والتشجيع والذى تعتبره ضغثاً على إبالة جنوح زوجها أحياناً إلى الصمت العدائى ، وإلهاء نفسه بأعمال لا تجد لها معنى أو مغزى ، كتلميع الكروم فى سيارته العتيقة الجنس متكرِّر وحارٌ ، ولكن ما تتوق سلوى إليه : هو الدعة ، هو إقبال زوجها عليها وضمها إلى صدره ، ومسح آلامها بعاطفته .

«شريف» ، زوج حنان رجل ناجح فى مضمار الأعمال . إنه رجل الثمانينات المثالى ، يحرص على تلبية طلبات زوجته ، ويراعى شعورها ، ومع ذلك فهو نوعاً ما لا تنسجم أقواله مع أفعاله . «شريف يستطيع أن يؤكد العلاقة الحسنة » ، هذا ما تقوله حنان وتتابع : « ولكن متى مسّت حاجتى إليه لا أجده بطريقة أو بأخرى .

(٢)

يوم صرعت سيارة كلبي ، أصبت بنوع من الهيستريا أمام الناس ، فهاله ما فكرّ فيه الناس لا ما شعرت به أنا جعلني أشعر بأني أربكه وأحرج موقفه واقشعر بدني!» .

* رجــل عادم الشعور : جاهل ، أو كــاظم ، أو فارغ القلب!

الخوف شعور غريزي ، وأخوف ما يخيف رجلاً غائباً عاطفياً . رجل لا يشعر بتقلب الحدثان ، مضطرب في باطنه ، متخبط في مشاعره ، وثالثة الأثافي جهله . ثمة كلمة سنسكريتية مدهشة هي أفيدا ، ومعناها غائب عن المعرفة . والرجل «الأفيدا» فقير في حكمته متى الأمر كان متصلاً بالعواطف ، لا يعرف أكثر مما يجهل ويجهل أكثر المعرفة .

سمير زوج جيهان يمثل «أفيدا» الرجل الغائب عاطفياً بصورة مصغرة . وهو على نحو مميز منهمك أو غارق في شؤونه الذاتية ، ينسى احتياجات زوجته إلى أن تفقد اتزانها نتيجة هذا الإهمال ، وينفذ صبرها ، ويكون أنينها في أول الأمر دعوة مستترة لا تلبث أن تنفجر حمماً ، وهنا يرتد في تعجب . تصرفه هو تصرف مَنْ يكمن فيه وحش ، وليس له مبرر ، إنه تصرف غادر ... تصرف زوج يقول لزوجته الراحلة : « ظننت أن سعادتي تعكس صورتها فتكوني سعيدة! » .

إن الرجل الغائب عاطفياً ينشئ جبهة كلها صقيع وقسوة ليس لجهل بالعاطفة بل لأن فيه حافزاً يدفع بالناس إلى مجاهل الحياة ، ويخشى أن يفلت الزمام من يده ، فيغضب ، وينتابه اليأس وتكون جراحه غير المرئية دليلاً على أن ظاهره العاطفي المتجمد حاجزاً للاضطرار والهيجان في باطنه.

أمّا «علي» زوج صفية ، فهو أشبه بالمرجل .. لا يستطيع تخفيف حزنها على وفاة أمّها ، لأن في ذلك تهديد له ، ولهذا يقبل على سيارته يلمع كرومها . خوف يجعله ينكص على أعقابه في وجه العاطفة الجياشة . المرجل طموح ومحب للجنس . والجنس أحد نشاطاتهِ المعدودة التي تحرّره . فيطلق نفسه على سجيتها ، ومع ذلك ففيه إمكانية عاطفية غنيّة ، إن استطاع أن يكون شجاعاً يتعلم طريقة مجابهة العاطفة دون خوف ووجل .

والنقيض هو الرجل الأجوف ، الذى ينشىء واجهة دافئة معيّنة ، ولكنه فى الواقع عادم الشعور . هذا الرجل ينكّل بزوجته لأن إيماءاته ملائمة ، ولكنها مأخوذة بلذة الشك ، مما يجعلها ناقصة لا ترضى ، وإن لم تعرفى ما ينتاب هذا النوع من الرجال ، فقد تظنين أن شيئاً غير سوى يجتاح روحه ونفسه . من ظاهره هو رائع . متى حزنت أو بكيت يرسل الزهر ومع ذلك تستمرين فى البكاء وترغبين فى الاستمرار ولا تعرفين الواقع ، والمشكلة ما هي؟ الرجل الأجوف ، ينقصه العاطفة . لا يستطيع التعبير عن المشاعر ، ولهذا فهو يزيّف الحقيقة .

شريف زوج حنان الذى ارتبك دون أن يشارك زوجته فى حزنها على مصرع كلبها ، هو مثل حى للرجل الأجوف . ومع أنه يحاول الظهور بمظهر من يشعر ، ولكنه لا يحفل إلا بالمؤشرات الظاهرة ـ كيف يتفاعل الغير ، وكيف تظهر الأشياء؟ ـ لأن هذه هى الإشارات الوحيدة التى يفهمها .

* لماذا يعجز عن الشعور؟ :

علام يرسل نظراته ، أتراه يفتّش عن شئ مفقود فيه ؟ وحتّام يفكّر بسعادة ثقيلة، كمن تغلغل الخبل فيه؟ وإلى ماذا يعزا شروده وغياب عواطفه؟ .

ربما جهله ورثه من بيت كان فيه التشديد على دور الذكر والأنثى عنيفاً ومكبلاً للمشاعر والحواس . ربما من هذا البيت الذى نشأ فيه وترعرع تسلم الرسالة بأن التعبير عن المشاعر ليس شيمة الرجال ، بل خلّة أنصاف الرجال . الرجل «الأفيدا» لا يسمح له وضعه ورأيه فى نفسه بالتلاقى مع مشاعره على صعيد واحد ، وإن كانت الطاقة التى تمكنه من التفاعل مع عواطفه سليمة لم تخدش .

والرجل المرجل من ناحية ثانية ، تعلّم الانطواء على نفسه كأنه يجلّل كيانه بالحماية الذاتية . ولعله اضطر إلى تطبيق هذه الحماية الذاتية لما شاهده فى صغره من عراك وشجار ، أوسعا مشاعره تمزيقاً . أو لعلّ والديه اللذين عاقبا الطفل أو هدّداه بالعقاب إن هو أسرف فى إظهار عاطفته .. كالبكاء وقتاً طويلاً ، أو الهياج الأقرب إلى الجنون .

لرجل كهذا تترادف كلمة العاطفة مع الضعف . ومهما كانت الظروف فالرجل الغائب العاطفة يستطيع أن يتعلم الكثير عن العاطفة ، ويؤكِّد وجودها .

وفراغ الرجل الأجوف فى داخله نابع أيضاً من الماضى ، من التربية التى خلت من التدريب على دعم العاطفة الضرورية للتطور الصحى . والمثل الأعظم على ذلك السيكوباث المصاب باضطراب عقلى ، الذى نتيجة الحرمان الأساسى يغدو ميت العاطفة ، مع أن الرجل فاقد الحسّ يستطيع بشئ من الجهد إنشاء وإحياء مشاعره ، وإن تطلب ذلك مساعدة محترفة .

* فتــح قبـــو زوجـك العـاطـفى :

أول خطوة فى مساعدة الرجل الغائب عاطفياً ليصبح أكثر إحساساً هى معرفة فئة الغائبين عاطفياً التى ينتمى إليها . وكقاعدة يعول عليها يمكن التعرف على الرجل «الأفيدا» من انهماكه الذاتى بشخصه ، وجهله للدنيا العاطفية التى تكتنفه وتحيط به . ومتى واجهه أحد بهذا الواقع يبدى الدهشة . أما الرجل «المرجل» فمزاجه متقلب وملتهب ، وكأنه لا يكف عن كبح جماح ثورته ، والرجل الأجوف يكون مخادعاً يصعب معرفته ، فهو يقول ما هو صحيح ، ولا يبدر منه ما ينبِّه الغير إلى شذوذه ، ولكن تقمصه العاطفى ناقص يشى به ، ويؤكد انعدام الشعور الحقيقى الذى يكمن وراءه .

وقبل إقدامك على « **إعادة تمرينه** » العاطفى أولى بك أن تسألى نفسك إن كنت موقنة من رغبتك فى أن يكون عاطفياً كسائر الناس . فلعلك دون وعى تفضلين بقاءه بعيداً ، وبعده يحقق حاجات فى حياتك لا تفطنين إليها . وقد تنجذب المرأة إلى الرجل الغائب عاطفياً لميلها إلى الإنقاذ . فهى دون وعى ترجو معالجة أب كان بعيداً عاطفياً (واحتل مكانه الرجل الغائب عاطفياً) ، وأيضاً لروايته قصة خيالية نهايتها علاقة مؤلمة فى مرحلة الطفولة . وتفكر هذه المرأة بعواقب استرداده لعواطفه ، وتتساءل عمن يستطيع منع توزع الحال ، وتشتت النظام ، وتحطّم المنهج ، وتمزق الرتابة؟ إنها فى أمان مع الغائب عاطفياً لأنها مثله

فى الواقع ، لا تستطيع التكيف مع التبادل العاطفى بطريقين معاكسين .

أمّا إن عزمت على إصلاح أمره ، فهناك أساليب عدّة تساعد على تعويم المشكلة والشروع فى معالجتها . وإعادة تعليم «رجل الأفيدا» ، أو إعادة تأهيله ، عملية مباشرة ... عملية صراحة خالية من التمويه والتضليل .

وأول خطوة فيها إبرام اتفاق معه يوافق بمقتضاه على استعداده إلى فهمك والتجاوب معك . ومتى ساعدته على إدراك مدى انعزاله أو انزوائه فى قمقم نفسه ، يجب أن تبدئى فى شرح مشاعرك بأقلّ قدر من الغضب . قولى له ما يعنيه صفقك الباب أو رفع صوتك ، دون أن تغلظى فى القول ... بهدوءٍ ومحبة فسّرى الأمور . فأنت تلقنينه لغة جديدة ، ويستغرق اتقانه لها وقتاً طويلاً .

والرجل المرجل يحتاج إلى معاملة ذات مفعول غير مباشر ، والمراد جعله يكتشف ـ تدريجياً ـ أن العواطف ليست خطرة ، وأنّ فى طوقه اختبارها والتعبير عنها دون أن يفقد السيطرة ويؤذى نفسه أو يؤذى غيره .

ابدئى بالحديث عن أبطال شريط سينمائى أو كتاب ، يكون كلاكما قد شاهده أو قرأه . سليه لماذا يظن أنهم تصرفوا على النحو الوارد فى الشريط أو الكتاب دعيه يستكشف عواطفهم وانفعالاتهم ويقارن بين مشاعره ومشاعرهم . بعد ذلك انتقلى إلى الحديث عن أصدقاء مشتركين ، وببطء أضيفى موضوع المشاعر إلى الحديث لا تقحمى مشاعرك فجأة . فالمرجل مصدوم بالعواطف ، ولا يستطيع دخول إقليم المشاعر إلا بجرعات صغيرة متتابعة .

والرجل الأجوف ـ معنى فى الظاهر ، خاوٍ من الداخل ـ هو الأصعب منالاً والأشد مقاومة للترويض ، لأنه يفتقد الآليات العاطفية التى تيسّر له فهم نقائصه ـ بل إنه قد يحاول اتهامك ولومك . هذا الرجل الأجوف يحتاج على الأرجح إلى العلاج النفسى قبل أن يتمكن من الأداء بطريقة ذات معنى وهدف . وإذا استطاع التعرف على فراغه الداخلى على الأقل ، وإظهار الرغبة فى التغيير ، فهذا يكون بمثابة الخطوة الأولى نحو تحوله إلى المحب المتحررة عواطفه من القيود ، وذلك ما تسعين أنت إلى تحقيقه ، وفيه المساغ إلى بغيتك ، والمجاز إلى حاجتك .

عنـدما تبتسـم المـرأة ولا يصغى أحـد!

حينما يساورنى الغضب أبتسم ، أحياناً يحدث هذا ورجل يكالمنى ـ أو بالأحرى تكلم عنّى ـ ولم أستطع إلا إطلاق سعال مطوق مقيد طوال ساعة . داخلياً تمنيت أن تقتلعه من مكانه قوة قاهرة كقوة «جيمس بوند» ، ولكن زاويتى فمى ارتفعتا تحسّساً بالواجب ، ورسمت عليها كلمة «تشيز» ، ومن ينطق بالكلمة يبتسم رغم أنفه ، لأنها ترغمه بلفظها على فتح فمه والاتساع بطرفيه .

وفى أوقات غيرها تبسّمت وأنا أتلقى الإهانات ... رجال مغامرون مخادعون يظنون كل امرأة سلسلة القيادة فيراودونها بما يشبه الإهانة ، بل بما هو أقذر وأحط من الإهانة ... فأبتسم ، ويخال الرجل ابتسامتى موافقة ومباركة فيزداد جرأة بل قحة ، وأبتسم ، ولا ألبث أن أدير ظهرى وأذهب لا ألوى على أحد .

لست الوحيدة ، فصديقتى سوزان تبتسم بصورة دائمة تقريباً . وسواء كانت فى صورة غضب ، هائجة مائجة ، أو مطأطئة الهامة تحت ضغط الحزن ، أو النّهك ، أو الضجر ، أو القلق ، فلن تُلغى بسمتها . ونحتار نحن صديقاتها ، هل بسمتها تحمل الغموض؟ هل بسمتها تحمل معانى التفكير ، أو الشعور ، أو الحاجة؟! . ولكن الرجال يحبون بسمتها ، بل إنهم ينجذبون إلى بسمتها كلية الوجود ، كما تنجذب الهررة إلى عصفور الكنار . إنها تثير وتؤكّد . ولكنها حريصة متنبهة ، تزور متى اشتبهت بنية سيئة ، وتنفتح جوارحها متى أمنت ووثقت .

ويزعجنى أشد الإزعاج إنسان يطعن ولا يبتسم ، ويسوط بلسانه ولا يبتسم ، ويقذع ولا يبتسم ... إنه مخيف.. إنه عِدو لدود يستحق العزل ويستأهل الإعراض .

المرأة تبتسم أكثر من الرجل ، أكثر إلى حدّ كبير . تبتسم فى كل مناسبة ، وبسمتها أعرض وأظهر للأسنان من بسمة الرجل . وتبتسم المرأة على الرجل عندما

لا يتبسم ، وكأنها تسخر ، بل وتبتسم عندما يطلب إليها ألا تبتسم . معظم الناس يفترضون أنهم يبتسمون لأنهم راضون مسرورون ، أو مبتهجون فرحون ، أو بفعل اللياقة والكياسة والمجاراة بكلام آخر، لأننا نشعر بضرورة الابتسام . وهكذا نتصرف فى بعض الأوقات .

بيد أن بسمة المرأة تبعث ببرقيات تخلو من التطمين والتوكيد . تبتسم كى لا يعرف الناس أنها مبتئسة ، وكى تتجنب المواجهات التى يستقطبها التقطيب . والحق يقال إن بسمة المرأة يتمثل فيها تعبير لا واع من الاعتراف بأهمية شخص ما وتفاهة المبتسمة ، ومن دواعى الابتسام رغبة الإرضاء ، والاسترضاء ، وإظهار الإعجاب .

قد تقول المرأة : « أنا من هؤلاء الناس الذين ولدوا ليبتسموا ، هكذا ولدت ، وهكذا نشأت! » . ولكن هذا وهم وإيهام فهى تريد أن تعتقد أن الابتسام طبع وطبيعة ، ولكنه فى الواقع أول تعبير وجهى يتعلمه المخلوق الآدمى .

والفتيات الصغيرات يؤمن بالابتسام ، وفى الصورة والرسوم تظهر المرأة مبتسمة أبداً والفتاة مفترة الثغر عبثاً .. أجل عبثاً تفعل ذلك ، فقد اتضح بعد طول ملاحظة أن دور الأنثى يتضمن فى أعلاه فعل الأمر : ابتسمى !

والفتاة المشع وجهها بالابتسام تظهر صورتها على الغلاف بصفتها فتاة أحلام كل رجل . وعكس ذلك الأبطال الذكور ، الراعى المستوحد ، التحرى المتضرس ، نجم الروك ، فهم جامدون عابسون والدرس نتعلمه فى وقت باكر الرجل الطيب يحدق ويخملق ، ولكن الفتاة الطيبة تبتسم وترفق البسمة أحياناً بقرقرة .

رجل وامرأة فى إعلان ... تبتسم المرأة دائماً فإذا اتفق وابتسم الرجل تكون بسمة المرأة أكبر وأعرض ، وابتسامة المرأة عطاء التابع لا عطاء المتبوع .

يبدو الرجل كمحتاج إلى رؤية امرأة تبتسم . ولا شئ يربك الرجل مثل امرأة لا تبتسم وبحدة الأمر ، من من النساء لم يصدمها رجل وينتزعها من تأملاتها بقول كاتب محتد : « يا عزيزتى ، أين البسمة؟ » .

ويعتقد الخبراء أن النساء يلجأن إلى الابتسام تمويهاً عن مشاعر قد تثير الاستياء والغضب . فى ظرف كهذا تكون ابتسامة المرأة شارة حقيقية من أوسمة التسكين . وفى الواقع **الأنتروبولوجست** « العالم بعلم الإنسان » يؤمن بأن الابتسام البشرى قد يكون فعلاً ناشئاً من ميل الحيوان الرئيسى لتعرية أسنانه بابتسامة أو تكشيرة تعبيراً عن خضوعه لحيوان أشد بطشاً . أنا أحاول إشاعة الشعور بالتهدئة والإرضاء بافترارة ثغر : خاصة وأنا مع الرجال ، أخفى جانبى العدوانى المنافس تحت قناع بسمة غير ضارة . وللمرأة مقدرة عظيمة فى الظهور مسالمة غير متهددة .

نحن نبتسم لنسكن ، وربما ابتسمنا لنرضى . المرأة تعمل كمدبرة عواطف غير رسمية ، نحن نخفف عن الحزين حزنه ، وندغدغ الضجر . نرش ابتساماتنا كما ترش المخصبات ، نقذف نظرة متلألئة مغرية لهذا الفرد ، وألف «واط» من البسمة لذاك الفرد ، وومضة مضطربة للشخص القابع فى الزاوية .

مثل هذا الحضور والتوزيع البارع يفسِّر ما نتهم به من مداهنتنا لرجل بعيد كل البعد عن تلعُّجات الحب . كثيرون يؤولون بسمة الأنثى كعلامة لإقبالها الصادق ــ خاصة النوع الجنسى ــ وهذا يضعنا فى مركز الخاسرة لا الفائزة فإن لم نبتسم غبَّ الطلب نجازف بصيتنا فنوسم بالقحة ، وإن ابتسمنا ، نتعرض للاعتقاد بأننا نريد ونطلب .

فماذا يليق بالمرأة أن تفعل ؟

الامتناع عن الابتسام قلَّما يبدو فكرة مقبولة مرحَّباً بها . وما يحوج المرأة فى الحقيقة هو الطريقة التى تجعل بها بسمتها ملكاً لها من جديد . تصورى نفسك تبتسمين فقط متى أردت ذلك ، أنت لا تبتسمين للتملق وكسباً للرضا ، أو تلبية لأنانية . تصورى نفسك تحررين بسمتك ..

بصراحة ، لن يغتبط جميع الذين تعرفين بما قررت من مضاهاة محياك بمشاعرك ، والتعبير بتقاطيع وجهك عن خلجاتك . ولكنهم سيتعودون استقامتك الصريحة الجديدة . أعرف ذلك من تجربتى فى تطبيق الطريقة . لم يسفر عنها تغيير

جذرى فى علائقى ، أو فى مركزى المهنى . ولكنى لاحظت أن الناس قلّ ميلهم إلى حذف ما أفعل أو أقول . والأهم ، أنى بدأت أشعر بالرضا عن نفسى ، وبقوة إضافية تنضم إلى قوّتى ، وبالاحترام الذاتى الزائد .

إن تحرر البسمة أتاح لى تسديد بضع حسابات . لزمن طويل مررت بطاولة رجل يعمل كل صباح وحييته بأوسع بسمة دافئة . وفى كل صباح ، فى الوقت نفسه ، وعقب ابتسامتى واجهنى بشئ من الجفاء والاحتراس ، وكأنه المتولى أمرى ، المتنازل بحركة يومئ بها رداً على تحيتى وابتسامتى . استمر هذا أشهراً . واسترساله فى إظهار الجدّ ، زادنى رغبة فى إذابة جليده بتقدماتى وتنازلاتى المتمثلة فى بسماتى ولطافة تحياتى .

ثم تنبهت فتعلقت ، أدركت أن من الجنون التضحية بطاقة كبيرة ، ونية سليمة لأجل رجل كان صلفاً متعجرفاً ، أو مضغوطاً هامد الشعور ، وهكذا فى صباح يوم دنوت من طاولته كالعادة ، ولكنى حدجته ببرود ، وصوبت نظرى إلى عينيه . لم أبتسم ، لم أوسع من فمى فى افترارة . ووصف وجهى شعورى : « اسقط ميتاً ... وغد ! » .

لفينة بدا مرتبكاً مضطرباً ، ولمحت بارقة توتر فى أعصابه ، وومضة تردُّد ، ثم حدث شئ مثير وطريف فى آن واحد : الرجل ابتسم !!

******

لمـاذا لا يصغى الرجال؟

عندما ترغبين فى الكلام هل يعيرك زوجك أذناً صمّاء؟ أنت لست الوحيدة ... كثيرات يصمتهن أزواجهن بطريقة أو بأخرى . إليك طريقة معالجة هذه العادة المذلّة فيسمع ويصغى !

صباح يوم أحد من أيام الربيع الصافية الأديم بعد إفطار الصغيرين وتوجههما إلى بيت الجيران ليلعبا مع طفلهم ، سنحت الفرصة **شيرين** لتشرب فنجان قهوة . وكان زوجها **فؤاد** كعادته قد دفن رأسه فى جريدة الصباح .

أتت بفنجانها وجلست قربه واستوضحته عن الأنباء فقالت : « هل من شئ يستلفت الانتباه؟ » وحظيت بالجواب : اهتزاز الجريدة!

ولم يزعجها هذا ، بل استطردت : « لا تنس مشاهدة المسرحية مساء الأربعاء» . وحظيت بالجواب : اهتزاز الجريدة!

« اسمع ما أقول : السيدة سعاد تظن أن مروة من أنبه وأذكى تلميذات الصف الخامس اللواتى عرفتهن منذ سنين عديدة! » .

ونظر «فؤاد» من فوق الجريدة وأجاب : « هذا رائع يا عزيزتى . حسن ، يوم الأربعاء » .

ولكن فى ساعة متأخرة من بعد ظهر يوم الأربعاء ، وبعد دقائق من عودة «شيرين» إلى منزلها ، اتصل «فؤاد» ليقول : « عزيزتى ، هل تمانعين إن أتيت بيوسف المحاسب ليتناول العشاء معنا؟ » .

بهتت «شيرين» : ماذا دهاه؟ ماذا أصاب زوجها؟ لم لَم يصغ عندما ذكّرته بالمسرحية؟ وازداد شعورها بالألم ، فهى تعرف أن «فؤاد» يحبها ويحب هذه المسرحية ، ويعتبر نفسه أباً مسؤولاً عن هناء أسرته ، يفعل المستحيل للإبقاء على

علائق المحبة متوشجة حميمة .

مشكلة «شيرين» شائعة فى كل مكان ، وإن كانت مشكلة مؤذية مزعجة . الرجال يعترفون بالمساواة فى حمل الأعباء التى تفرضها الزوجة والحياة العائلية . ولاسيما متى كانت الزوجة موظفة تقضى سحابة نهارها فى مكتب العمل . بعضهم يحاول أن ينصفها فينوب عنها فى القيام ببعض الواجبات ، وبعضهم يتقاضى ويتهرب ، تاركين الهموم كلها لزوجاتهم . ويتذرعون بأدهى الذرائع ليتغيبوا ، فلماذا؟! .

* المعيل والمسؤولة عن الأسرة

المجرم هو التعيين الاجتماعى للدور الذى يلعبه الرجل والمرأة على مسرح الحياة . ورغم ارتفاع نسبة النساء العاملات فى كل مجال من مجالات الأعمال ، فلا تزال الأغلبية العظمى من الناس تعتبر العمل حلبة الرجل ، وتدبير شئون المنزل والعائلة واجب المرأة .

الرجال يساعدون فى العمل المنزلى ورعاية الطفل ، والنساء يساعدن فى دعم اقتصاد العائلة بالعمل ، إلا أن الجنسين لا يبرحان يصنفان بل ويصرّان على إبقاء هذا التصنيف .

ربما لا يسمع الرجل صيحة طفله وبكاءه ، بينما تسمع المرأة ذلك بسرعة قصوى . هذا الرجل نفسه يسمع من فوره صوتاً غير مألوف صادراً من سيارة الأسرة . ومتى تناغم الرجل مع أوضاع منزلية عائلية معينة ، يقنع نفسه بأن ما يشغل فكره يكفى ويزيد . وإن بكاء الطفل يدخل فى دائرة اختصاص زوجته ، فلتقم بدورها .

* موقد الضغط

فى حالات أُخَرْ ، يصغى الرجل إلى مشاكل يعجز عن حلّها بسرعة فيشعر بفقدان السيطرة ويتبرأ منها تقليلاً لقلقه . «رشا» حاولت طوال أسبوعين أن تتفاهم

مع زوجها «ماهر» على وضعية ابنها أحمد البالغ ست سنين من العمر ، والذى ظنت أنه يعانى عسر التعليم . فقد كان بطيئاً فى تعلمه قياساً برفاقه . ومعلمته أنبأتها أنه سريع الشعور بالحبوط والخيبة .

بيد أن «ماهر» حاول تبديد مخاوف «رشا» بقوله : « لن يلبث هذا التمزق أن يفارقه » .

أخيراً واجهت «رشا» زوجها «ماهر» بحزم ، فصاح وصخب ثم طفق ينتحب . بعد هذه المواجهة استطاع أن يعترف بأنه شعر بالغضب لعجزه عن القيام بأى عمل يقيل ابنه الحبيب من عثرته .

وبالمثل ، إن حاولت زوجة إقناع زوجها بالإصغاء إلى ما يخالج صدرها من مخاوف على زواجهما ، فقد يرتج باب الحديث ، أو يهز رأسه بشرود وهو يشخص بناظريه إلى بعيد . والعلاقة للعديد من النساء مرضية لا يعتريها فتور أو صد وجفاء طالما كان الحديث متبادلاً . ولكن الحديث للعديد من الرجال إن استمر وتتابع يفصم العلاقة . وإذا حاولت الزوجة استدراج زوجها مراراً وتكراراً إلى الحديث المراد منه إنقاذ العلاقة ، وحاول الزوج تجنب الحديث مراراً وتكراراً ، فكل منهما يجد فى محاولات الآخر عملاً متهوراً مهدداً صميم العلاقة الزوجية .

هذه المبادرات المتباينة للعثور على حلول تتجلى بوضوح فى طريقة تعامل الرجال والنساء مع كروب يوم عمل مضن . فبعض الرجال يعترضون لأنهم منهكون . ويحتدمون غضباً على زوجاتهم متى صممن بإلحاح على فتح باب الحديث . إنهم يرغبون فى الانفراد ليهدأ جأشهم ، ويزول توتر أعصابهم . قد تكون المرأة صعبة أيضاً بعد يوم عمل طويل ، ولكن الحديث لها منطلق من الشدة التى تشعر بها ، بل طريقة تخلق بها جواً من الألفة .

ويعتقد الخبراء أن مكان العمل يبرز اختلافاً آخر بين الجنسين ، يؤثر فى طريقة إصغاء الزوج والزوجة : فالرجل موجه نحو الهدف ، والمرأة موجهة نحو الفعل أو العملية .

قد يصغى الرجل فى المكتب إلى مشكلة يفصلها زميل . بعد دقائق ينشغل فى التفكير بحلٍّ يقدمه إلى الرئيس طمعاً فى نيل الترقية . فإذا تحقق الوطر تثنى زوجته عليه . وهكذا يعتقد أن تصرفه الموجه نحو الهدف يفضى إلى الفلاح فى المكتب ، وإلى الحب فى المنزل .

وعلاوة على ذلك بينما المرأة تحتاج إلى معرفة كيفية التوجه نحو الهدف لتتقدم فى مضمار العمل ، فمعظم الرجال لا يجدون أنفسهم فى مآزق تقسرهم على تنمية مواهبهم استحقاقاً للألفة ، فإذا كان عند زوجته مشكلة وواجه هو الموقف بالتصرف ذاته ـ أى إذا قاطع وحاول تقديم الحلّ الضرورى ـ فقد تشعر بأنه يستخف بهمّها ، وتفضل أن يجلس معها ويصغى إليها ، بل وأن يحضنها وهى تحلّ معضلتها . ومن العجيب ، أو من سخرية القدر أن يؤمن إيماناً راسخاً أنه المنجد المغيث ، فيقول : « أنا أحب زوجتى ، وهى تعانى مشكلة ، ويخلق بى أن أسارع إلى مساعدتها بحلّ سريع يرفع العبء الذى يثقل كاهلها » .

وأظهرت دراسات أُخرَ أن الرجل يصغى فى الواقع بطريقة تختلف عن طريقة إصغاء المرأة ، ولكنه لا يحدث أصوات الإصغاء « نعم .. أو آه ، آه » التى تحدثها المرأة ، متى دار الحديث بينهما . فالمرأة تعير التفاصيل العاطفية أهمية كبرى ، بينما الرجل ينصب اهتمامه على الحزقات والمزاليج .

*** أسلحة عاطفية**

لا جرم أن الرجل أحياناً يلجأ إلى الصمم وعدم السمع كسلاح فى شدّ الحبل «الصراع» الذى لا يخلو منه زواج . وهذا الأسلوب من عدم الإصغاء هو بالفعل تصرف عدوانى مستتر ، يستعين به الشخص إسكاتاً لشخص آخر أشعل غضبه ، وتجنباً للتعبير عن شقاء أو تعاسة يلجأ الرجل إلى أسلوب عدم الإصغاء .

وأحياناً يكون التصرف العدوانى المتستتر ، بمثابة انتقام قصير الأجل . مثلاً ، تتذكر «زينات» البالغة سن الثانية بعد الثلاثين ، حادث شجار عنيف مع زوجها «طه» بخصوص المكان الذى يقضيان فيه الأجازة . طه كان متلهفاً إلى قضائها

منتقلين بين الجبال والسواحل ، ولكنه رضخ لرغبة زينات فى قضاء الأسبوعين فى بيت أبويها الساحلى . بعد ساعات من البحث والرفض والقبول ، استوضحته زينات عما إذا أتاها بثوب السهرة من المصبغة . وكانت قد كلفته فى الليل بهذه المهمة ، ولكنه أصر على أنها لم تطلب ذلك قط .

* كـــلام مفـــهوم

عدم الإصغاء تصرف غير ناضج ، ولكن ليس من امرأة تريد أن ترغم على مضايقة زوجها أو الاعتناء به اعتناء الأم بوليدها فهذا من وجهه صفقة خاسرة ، ووفاء ناقص يسفر عنه الإفراط .

ومتى شعرت المرأة أن زوجها لا يصغى تفرغ جهدها لترغمه على الإصغاء . وكلما تمادت فى محاولتها تمادى هو فى الانصراف والابتعاد، ويزداد الموقف حرجاً ، إلى أن يجد الاثنان أنهما حبيسا قفص مغلق .. فهل يبقى للمرأة التى تصطدم على الدوام بجدار من الصمم أى أمل؟

والرجل كثيراً ما يستجيب لاحتياجات امرأته فور إدراكه حقيقة ما تريد . وليت كل زوجة متى ابتغت شيئاً تفصح بطريقة هادئة مباشرة إنها تطلب منه أن يصغى ، والتوقيت مهم ، فلا يجوز للمرأة أن تخوض فى موضوع خطير ، وزوجها يتأهب للذهاب إلى مقرّ عمله . وخير لها أن تتفق معه على ساعة فراغ للبحث فى الأمر المطلوب دون مقاطعة أو انتقاد .

والرجل لا يتغير بين ليلة وضحاها . غير أن المرأة متى أفهمت زوجها ما تشعر به بطريقة مسالمة لا متحدية ، فإنه يبدأ فى التجاوب ، هنا خليق بالمرأة الحصيفة أن تمنحه دعماً إيجابياً ، كأن تقول : « إنى مسرورة بإصغائك . فلهذا معنى عظيم يملأ فؤادى غبطة وحبوراً » .

والمقدرة على التفاوض أمر حيوى ـ التفاوض الحميم ـ ولكن التبادل الودى يحتاج إلى خلوة حميمة ـ لتتكلم الزوجة عن نفسها مدة ثلاثين دقيقة ـ لا عن

زوجها ، ولا عن الزواج ، ولا عن إغضائه عما يحوجها ، بل عن مخاوفها ، عن علاقتها بأولادها أو مديرها .

وخلال الدقائق الثلاثين المتخصصة لحديث الزوجة لا يسمح للزوج أن يبدى أى ملاحظة ، أو يقاطع كلامها ، أو ينتقد آراءها . وكنتيجة لهذا الاتفاق فسيسمع أموراً ما كان ليسمعها فى الأحوال العادية الماضية . ومتى حان دوره ، فقد يكتشف مشاعره العميقة وحاجته الماسة إلى القرب ، وإلى الألفة .

إنها الحياة .. ونحن نكيِّفها متى رجعت عقولنا ، واتزنت مشاعرنا . واستطعنا بذكاء تعديل مواقفنا وتصرفاتنا .. ولهذا التعديل نتائج مدهشة ، وتأثيرات مفاجئة . ومع ذلك نجد زوجين يعيشان فى حرب مستمرة يستحيل معها عليهما تغيير الوضع الشاذ . ويتعذر التعاون والتضامن .. ويكون التفاهم أملاً خلباً كالبرق الذى لا ينهمر مطر بفعله ، فى حالة كهذه يحتاج الزوجين إلى الاستشارة المتخصصة ، وإلا بلغت المكابرة حداً لا يرجى بعده حدوث ما يوافق الظن ، فتنتاب الزوجين خطوب الزمن ، وتنزلهما فى الحضيض .

لا مفر من التفاهم .. يجب أن نتعلم ونأخذ العبرة .. يجب أن نعترف باحتياجات الزوج والزوجة .. يجب أن ندمث من أخلاقنا وصفاتنا .. يجب أن نصغى ..

ويجب أخيراً ألا نسرف فى الشكوى . وألا نغالى فى التذمر ، فهذا أول الطريق ، ومتى مضينا فيه اقترب القلب من القلب أو وعت الأذن كلام الفم.

إن ابتعد اقتربى ... وإن آثر الصمم ثابرى على ملاينته ، وملاطفته ، كى يستردّ سمعه .

التقى معه فى نصف الطريق ، وانسى كلمتى غالب ومغلوب فمنهما تنبثق الجوائح . والويل للزوجين متى تعرّضا لبواتر الدهر وصروفه .

عند ذلك فقط تسالم الأيام الزوجين . وتهادنهما الأعوام.

لمــاذا يتجــاهلنى زوجـــى ويعــرض عنى ؟!

* لماذا حظّى عاثر مجدب؟ لماذا أنا مُتوتّدة فى وظيفتى الكريهة؟ لماذا يحدث لى كل شئ مؤلم؟ لماذا لا أستطيع توجيه أولادى؟ .

فى هذا المقتطف المحيط ، من كتاب طبيبة نفسانية متعمقة ، تطلعين على برنامجها المتألف من سبع خطىً كفيلة بحلّ المعضلات التى تبدو عصيّة على الحلّ . جرّبيها وضعيها على المحك واجعلى لحياتك معنى زاخراً بالسعادة ، يانعاً بالثمار الشهية ، مفعماً بمشاعر الرضا والقناعة .

هذه المقالة تدور حول اضطلاعك بالمسؤولية عن تجاربك الذاتية للحياة وفى مضمار الحياة ، وأُناشدك أن تتمعنى فى كل كلمة ترد فيها . ما أكثر اللواتى يظنن أنهن يحملن المسؤولية ويتولين تصريف أمور العيش وتلبية مطالب الحياة . ولكنى مقتنعة بأن معظمنا لا يفهمن ما ينطوى هذا عليه من معانٍ ، وسأضرب لكن مثلين من هذا القبيل .

الرجل عادلٌ ذو المال الطائل والنفوذ المنبسط يعيش حياته فى قلق لا ينضب معينه . ولما اقترحت عليه أن يلجأ إلى المساعدة المحترفة . أجاب بأن الأسباب لا ترغمه على اتخاذ هذه الخطوة فإذا غيّر الذين يعيشون فى فلكه من حالهم ، تزول معضلاته ، وتتلاشى صعوباته ، فتسكن ثائرته وتقرُّ بلبلته ..وإذا كانت زوجته أكثر عطفاً عليه ومحبّة له ، وإذا كان رئيسه الأعلى يخفّف من وطأته ، وإذا كفَّ ابنه ووحيده عن تعاطى المخدرات ، يتحقق الانقلاب فتصفوا أيامه بعد كدر .

هل عادل يتحمل مسؤولية خبرته فى الحياة؟ كلّا وأيم الله !

لمياء بدت كأنها متربعة على ذروة الدنيا ، عملها عظيم ، ومقرها مسكن رائع ، وأصدقاؤها وصديقاتها من المختارين والمختارات . شكواها الوحيدة كانت من زوجها

السـابق ، فهو يحوّل الحلو إلى مرٍّ ، ويذيقها علقم العذاب . لكَمْ ظلمها وأجحف بحقها ، ولكَمْ تناسى ما فرض عليه دفعه من مال لابنها .

هل لمياء تتحمل مسؤولية خبرتها فى الحياة؟ كلا وأيم الله .

أعرف الكثير من العزّاب والمطلقين لا ينفكون يشكون ويتظلمـون ويتألمون من وحدتهم ووحشتهم .

أعرف متزوجين كُثر يعدّدون بتحسر أعباء الأبوة ، ورقة ذات اليد ، وعجزهم من التفاهم مع الزوج أو الزوجة .

هل يضطلع أى واحد من هؤلاء بمسؤولية خبرته فى الحياة؟ كلا .. كلهم لا يفعلون ذلك ، كلهم بأساليب شتى يلعبون دور الضحايا ، كلهم أعطى سلطته إلى شخص آخر ، أى شئ آخر .

إن كنت تشـغلين وظيفـة تمقـتـينهـا ، إن كنت عـزباء وتطلبين الزواج ، إن ارتطبت بعلاقة سيئة وتبغين الانفكاك ، إن كانت ابنتك بتصرفاتها تبيض الشعرة السـوداء فى رأسك قبل أوان المشيب ، أو إذا انحرف كل شئ ولم يتـحقق كـما شئت وودت فأنت تلعبين أيضاً دور الضحية ولا عجب إن ساورك شعور بالشقاء فالضحايا لا قوة لهم ، ولا سلطة ، ولا تأثير .

والحقيقة التى لا مراء فيها إنك مسيطرة كل السيطرة ، ولسبب ما تمكثين عن وعى أو لا وعى فى وظيـفـتك الكريهـة ، وتختـارين أن تكرهى حـياة العزوبيـة ، وتختارين البقاء مرتبطة بعلاقة مدمرة ، وتختارين إتاحة الفرص لابنتك لتقودك إلى الجنون ، وتختارين تخريب كل شئ فى حياتك . أنت تدعمين مشكلة تثور فى حياتك .

وإنى لأدرك أن من الصعب العسـير الموافقـة على أننا سبب غياب المتعة من حياتنا . والسوء الأكبر هو متى طفقنا نرى أنفسنا ألد عدو لنا . من ناحية أخرى هذا الإدراك هو نعمتنا الكبرى . إنّ علمنا إننا نخلق بؤسنا بأنفسنا ، فمن المعقول أن يكون فى مقدورنا خلق سرورنا وحبورنا .

أنا لا أطالبك أن تعتقدى أنك سبب جميع تجاربك فى الحياة ، وإن كان بعض الناس لا يترددون فى الإصرار على أنك السبب ، أنا بالأحرى أطلب أن تصدقى بأنك سبب تجاربك فى الحياة بكلام آخر ، أنت تحدثين ردود الفعل لكل ما يحدث لك .

إن تقبل المسؤولية عن تجاربك الحياتية هو فكر أو مفهوم محيّر . لهذا سأعود إلى شرح الأجزاء أو العناصر السبعة لطريقة فى الحياة أشد مضاء ، وأمتن بأسسها ، وتذكّرى وأنت تقرئين أنك كل مرة تنكصين فيها عن حمل المسؤولية ، تضعين نفسك فى موضع مؤلم .

١ـ تقبُّل المسؤولية معناه عدم لوم أحد غيرك على ما أنتِ عليه ، أو على ما تفعلين ، أو تنالين أو تشعرين .

أبداً : ولكنك هذه المرّة تقولين : إنها حقاً غلطته أو غلطتها ، أو غلطة الرئيس ، أو غلطة ابنى ، أو غلطة الاقتصاد ، أو غلطة أمى ، أو غلطة أبى ، أو غلطة صديقتى .. وإن سهوت عن شئ أو نسيت أحداً ، فأضيفى ما غفلت عنه أو نسيته إلى القائمة . وإلى أن تفهمى بوضوح وجلاء أنك ـ لا أحد غيرك ـ تخلقين ما يدور فى عقلك ، فلن تصبحى متحكمة بحياتك ، مسيطرة عليها .

إليك بضعة أعذار لتجنُّب المسؤولية ، سمعت الناس ينتحلونها فى صفوفى ، يتبعها أسئلة طرحوها على أنفسهم قبل أن يتمكنوا من تحقيق المزيد من السيطرة على حياتهم .

* « إنها ولا غرو غلطة زوجى ، صيَّرتنى أتعس مخلوقة فى آخر ٢٥ سنة من حياتى » . لماذا تختازين البقاء ؟ لماذا لا تعترفين بالأشياء الجميلة التى يفعلها من أجلك ، فتغضين عنها ، وتبصرين الأغلاط والأخطاء فقط؟ لماذا يتوغر صدرك غيظاً لأنه لا يجد منفذاً إلى مشاعرك وعواطفك ، وبالتالى يعجز عن الاتصال بك والتواصل معك ؟ .

* « لاشك أنها غلطة ابنى التى حولّت شعرى الأسود إلى أبيض ، فأنا لا

أنفك.أقلق عليه » . لم لا تشقين بأنه سيشق طريقه؟ لم تجعلين منه امتداداً مسترسلاً منك؟ لم تشعرين بدافع يحفزك إلى مد يد المعونة إليه؟ لم تنتظرين منه هذا القدر العظيم ، لم لا تتيحين له الفرصة ليكون من هو؟ .

* « **البطالة وقلة فرص العمل يرغمانني على التشبث بوظيفتي** » . ألا ترين أنّ الناس تعثر على العمل رغم ضيق المجال؟ لم لا تعتصرين الرضا من وظيفتك؟ لم لا تحاولين العثور على عمل آخر؟ لم لا تطلبين ما تريدين من وظيفتك ، بدلاً من التذمر المتواصل بأن لا شئ فيها يسرُّ القلب؟ لمَ لا تبذلين الجهد لتعطى أحسن ما فيك من قدرة وكفاءة؟

* «**إنها غلطة أولادى تجعلني راكدة لا أتقدم في عملي** » . لماذا لم ترى سواك من الأمهات يتقدمن وينجحن في أعمالهن ، وأولادهن على ما يرام ، لمَ لم تقبلي مساهمة زوجك في العناية .

* سبع طرق لذاتك الأسعد حالاً :

١ـ تجنبي إلقاء اللوم على أحد أو على شئ لشعورك المقهور . فلا شئ من خارجك يسيطر على تفكيرك وأعمالك .

٢ـ تجنبي لوم نفسك لعجزك عن التحكم في حياتك . أنت لا تدخرين وسعاً في إنجاز أعمالك ، وبالتالي أنت على أهبة استعادة قدرتك وسلطتك .

٣ـ تنبّهي للحالات التي تؤدين فيها دور الضحية . تعلمي كيف تتلمسين الأدلة على أنك لا تحملين مسؤولية الحياة .

٤ـ تآلفي مع ألدّ عدو لك ، الثرثار ، تمرّني على استبداله بصديق داخلي محب .

٥ـ فكّري بالعوائد التي تبقيك موتّدة مجمّدة في الحياة . فور تعرفك عليها ، تستطيعين على الأرجح التحرر والانطلاق .

٦ـ قرّري ما تبغين من الحياة واعملي على تحقيقه . لا تنتظرى من يحقق لك وطرك ، وإلا فستنتظرين وقتاً مديداً .

٧ـ كوني محيطة بالخيارات الكثيرة المتاحة لك في أى وضع من الأوضاع ،

اختارى الدرب الذى يساهم فى نموك ويجعلك تشعرين بالرضا على نفسك وعلى الآخرين . بالصغار إن رغبت فى العمل؟ لمَ لمْ تحاولى اكتساب بعض المهارات التى تساعدك على الظفر بالعمل المرغوب؟ .

* « لست الملومة على كآبتى . لماذ أصاب كثيراً بالمرض؟ » . لماذا تأكلين دائماً طعاماً غير صحى؟ لماذا يلازمك الغضب والامتعاض؟ لماذا أنت منفعلة متوترة الأعصاب دائماً؟ لماذا تدخنين عدداً كبيراً من السجاير؟ لماذا لا ترين كيف تستغل غيرك المرض فتحوّله إلى فرص تتعلم فيها المزيد عن استعادة الصحة وصيانتها؟ .

إن كنت تشعرين بألم لأنك لم تفكرى بهذه الأمور ، فهذا دليل جيّد على نباهتك ، فالألم مؤشر إلى قصور ينبغى أن تتلافيه . وتذكرى أنك عندما تلومين قوّة خارجية على أى تجربة من تجارب الحياة ، فكأنك تتنازلين عن طاقاتك ، فتخلقى الألم ، والشلل ، والكآبة ، خلقاً .

٢ـ تقبل المسؤولية معناه أنك لا تلومين نفسك .

أعرف أن هذا يبدو مناقضاً ، ولكنه ليس كذلك ، فأى شئ يسلبك قوتك أو متعتك يجعلك ضحية . فلا تتحولى مختارة إلى ضحية !

وعدم لوم الذات لبعض الناس أكثر صعوبة من عدم لوم الغير . فحالما تشعرين أنك سبب القسم الأكبر من الشقاء الذى تعانينه ، تبدأين فى معاقبة نفسك وتحقيرها « هأنذا أفسد من جديد كل شئ فى حياتى ، أنا عادمة الفائدة ، متى أتعلم! » هذا يثبت تخلفك عن حمل مسؤولية تجاربك الحياتية ، ومن الضرورى أن تفهمى أنك فى كل حين بذلت ما فى وسعك بشخصك الذى كنته فى وقت من الأوقات . أما الآن وقد أخذت تتعلمين طريقة تفكير جديدة ، تستطيعين أن تبدئى فى رؤية الأشياء بنظر مختلف ، وتغيير الكثير من تصرفك ومنهجيتك .

وليس من ضرورة إلى إربـاك نفسك بسلوكك فى ماضيك ، أو حاضرك ، أو مستقبلك . إنها كلها جزء من عملية التعلّم ـ عملية الانتقال من الألم إلى القوة والسلطة ـ وهذا يستغرق وقتاً . يجب أن تكونى صبورةً حليمةً مع نفسك ،

ولا يرغمك شئ على التنكيل بهذه النفس . لا شئ وقع بسبب غفلتك وغلطك . أجل ، أنت سبب شقائك ، غير أن هذا لا يحدوك على إلقاء اللوم . أنت تعبرين طريق الأداء الشخصى الأعظم ، والرحلة عملية مديدة من التجربة والخطأ .

٣- تقبل المسؤولية معناه إحاطتك بالظروف التى تتنصلين فيها من المسؤولية ، من أجل أن تحققى التغيير فى النهاية .

صديقتى الوفية اندمجت فى مسرحيتى ، كما اندمجت أنا فى شجونها وأتراحها . كنا جمعية تأوه وأنين . لم نضجر بقصص وأحداث بعضنا البعض ، ولا عجب ، فالقصص أكدت الاستشهاد الذى أورثنا المتعة ، وكنا دائماً على حق . والمكافأة كانت عدم اضطرارنا إلى استنباط سعادتنا الخاصة ففى استطاعتنا دائماً لوم الغير على الضّنّ بها ، ومنعها عنّا .

فى تلك الأثناء كنت على يقين من أنى أتحمل المسؤولية عن حياتى ، ومثلى مثل صديقتى جيهان شغلت وظيفة كبيرة ، واحتللت شقة عظيمة ، وأحطت نفسى بصديقات وأصدقاء . كنت أنعم بالاستقلال الكامل ، إلا أنى لم أتقبّل المسؤولية عن حياتى . كنت أنتظر من الغير أن يسعدنى . وتعلمت أخيراً أن ثمة شخصاً واحداً فى الدنيا يستطيع إسعادى ، إنه أنا .

وأعلم الآن إنى ساعة أثور غاضبة على زوجى ، يجدر بى أن أسأل نفسى: « ماذا لا أفعله فى حياتى وأستطيع أن أفعله ، ولكنى أنحى عليه بالائمة لأنه لا يفعله لى؟» . وأنا الآن أحلّل الحقائق . إما أن تكون فكرة المال مستبدّة بى ، وإما أن أكون غير مطمئنة إلى متانة وضعى ، وإما أن لا أكون عاملة على خلق نشاط كاف لنفسى ، أو أتوقع منه القيام بشئ لا أقوم به ، وهكذا دواليك . وحالما أدرك ما أنا فاعلة ، أشرع فى تصحيح الوضع ، ومتى صححت وأصلحت ما يحتاج إلى تغيير فى حياتى ، يتلاشى فوراً كل غضب موجّه إلى زوجى . وقد علّقت ابنتى مروة مؤخراً على زواجى مستغربة ما يتخلله من غرابة فى النوعية ، فقلت لها : «نعم ، وإنه لعجيب تحوُّل فؤاد إلى الكمال حينما أمتنع عن توقع قيامه بتوجيه حياتى ! » .

وليس فى هذا القول ما يوحى بعدم استحقاقك مساعدة زوجك لك بتلبية احتياجاتك الأساسية الحاجة إلى دعم نموك ، أو الحاجة إلى اعتنائه بك ، أو الحاجة إلى معرفة اهتمامه بك . ولكن متى لم تكونى قادرة على تدبير حياتك ، فلا تكون العناية كافية مهما عظمت . لأنك تصبحين حفرة بلا قعر . وزوجك يستطيع الوقوف على رأسه من أجلك ، ومع ذلك لن يكون أى شئ كافياً .

وإذا لم يلب احتياجاتك الأساسية من مساعدة ومحبّة ففى طوقك مغادرته . ولكن اسألى نفسك أولاً : « هل هو ردئ إلى هذا الحدّ أو أنى لا أتحمل مسؤولية التجارب الحياتية ؟ » .

والدليل أنك تتقبلين المسؤولية هو عدم شعورك بالغضب عليه . وإدراكك بأنك اخترته زوجاً فى الماضى ، والآن قررت الانفصال ، هو لم يخطئ ! هو يبذل جهده . فالغضب فى هذا الحالة عنوان امتناعك عن حمل المسؤولية .

والعلاقات من ناحية واحدة فقط نتنازل فيها عن سلطتنا ، ومن الأهمية بقدر كبير أن تستعرضى جميع نواحى حياتك لتعرفى أين تمتنعين عن تحمل المسؤولية . والدليل يكون أى علامات من علامات الغضب ، أو الاضطراب ، أو اللوم ، أو الألم ، أو الشفقة الذاتية ، أو الحسد ، أو التخاذل ، أو القهر ، أو الخيبة .

وكلما شعرت بهذه العوارض قرّرى ما أنت لا تفعلين لينتابك هذا الشعور ، وستدهشين لسهولة عثورك على الناحية التى تتخلين فيها عن المسؤولية .

٤ـ تقبل المسؤولية معناه إخراس المثرثر

إنه الصوت الهامس فى أعماقك الذى يحاول إخبالك ، وينجح مراراً . إنه الصوت الذى ينطق بالهلاك ، والنقص ، والخسران . فإن لم تشعرى بالثرثار ، فهمساته تكون من هذا النوع :

* إن اتصلت به يظن إنى ملحاحة ، ولكن إن لم أتصل يظن أنى لا أريده .

* أنا حقاً ناقمة على رئيسى لاستثنائه إياى من اجتماع الصباح . فهو لا يقدر خدماتى حق قدرها . سائر الموظفين ينفقون يومهم فى التسكع ، ويدعون إلى الاجتماع . لأجرب التسكع لأرى إن أرضاه ذلك . سأريه ، سأفتش عن وظيفة أخرى . ولكن الأعمال كاسدة ولن أجد شيئاً . إنى موتدة هنا وأشعر بأنى مستغلّة . لا أصدق أنهم استثنونى من الاجتماع . مثل هذا يحدث لى دائماً ..

إنه الثرثار الهامس فى أعماقك! . لا تستطيع الواحدة منا البقاء وحدها فى غرفة دون أن تدير الراديو أو التلفزيون . أى شئ يبعدها عن الجنون! .

إلا أن الأمر السّار هو وجود طرق فعالة للتخلص من هذه السلبية : على سبيل المثال ، الانتصار على الثرثار بالأفكار الإيجابية المتواصلة المتكررة أفكار من هذا القبيل « أنا قوية ومحبة ، وكل شئ يجرى كما أشتهى ، بسهولة وجهد لا يرهق . أنا أسترخى وأنبذ القلق . أنا أفتح قلبى » .

ومتى لاحظت أن ثرثارك يصبك فى قالب ضحية ، قررى استبداله بصوت محب . لست مضطرة إلى التعامل مع الأعداء ، حتى لو استقروا فى داخلك . وبالمناسبة ، ما أن نخرس سلبية الثرثار حتى نبدأ فى تقبل الوحدة .

٥ـ تحمل المسؤولية معناها تقديرك للمدفوعات التى تبقيك .

المدفوعات هى المكافآت التى نأخذها لعدم قيامنا بتغيير شئ يتعلق بحياتنا ولا نحبه . وحالما نفهم هذا ، يصبح تقرفنا معقولاً ومقبولاً . وإليك مثلين :

ـ دعاء شعرت كأنها «منغرسة» فى وظيفتها ، فاعتبرت نفسها ضحية . ولعب ثرثارها شريط «فقط لو» : فقط لو كانت سوق الأعمال أحسن ... فقط لو حزت مهارات أفضل ..

ماذا كان يبقى دعاء فى وظيفتها؟ ماذا كان الأجر؟ دعاء شعرت بالرضا كضحية ، وعدم تفتيشها عن وظيفة جديدة ، تجنبت مواجهة احتمالات الرفض . ورغم نفورها من وظيفتها ، كانت الأعمال هينة أنجزتها دون

عناء . والوظيفة كانت مضمونة .

عرفت دعاء هذه الميزات ، وأيقنت أنها إزاء خيارات ثلاثة : البقاء حيث هى ، وتحمل مشاعر التعاسة .. أو البقاء حيث هى والاستمتاع بعملها .. أو العثور على عمل أكثر إرضاء .

ماذا عملت دعاء؟ اكتشفت الخيارات ، فكان فى وسعها الاستقالة والعثور على عمل آخر . ولما أدركت هذا الواقع ، وأنها باقية حرصاً على العوائد ، لا بسبب «فقط لو» ـ سوق عمل كاسدة وقلة مهارات ـ تمكنت من التحرك .

ـ سهام شكت دائماً من المرض . رأت نفسها «مخلوقة مسكينة» تسيطر الأوصاب على جسدها . لم تجد فى المرض المتواصل عائدات . ونبّهتها إلى مرضها الحقيقي .. أفهمتها أن مرضها حافز خفى إلى استرعاء الانتباه ، وهذا سدّ فى وجهها سبل الخروج إلى الدنيا ، وقبول المجازفات التى تفرضها قوانين الحياة . فى البدء أنكرت ذلك ، ولكنها خففت بعد قليل من غلوائها واعترفت بأن فى قولى بعض الحقيقة . اعترفت أن المرض كان الوسيلة الوحيدة لاسترعاء الانتباه وبلوغ الوطر من العناية وهى طفلة .

وما أن أدركت ذلك واقتنعت ، حتى غيّرت أموراً كثيرة .. منها حميتها . كما أنها انضمت إلى نادٍ صحى رياضى . وطلبت من الصديقات ألا يعرنها التفاتاً إلا متى كانت فى حالة صحيّة جيدة ، أما متى كانت مريضة فليعرضن عنها ، وبدأت تكثر من لقائهن ، وتفكّر بنفسها لا كضحية ، بل كامرأة قوية مفعمة صحة ومحبة .

حالما عرفت عائدات المرض ، استطاعت أن تختار : هل أرادت اجتذاب النظر والانتباه عن طريق المرض ، أو هل أرادت العثور على طريقة حسنة مرضية للانتماء وتحقيق أهداف حياتها؟ وفضلت الخيار الثانى ، ولم يبق المرض المزمن فرضاً لازباً ، وذريعة لغاية .

العوائد ، أو الجوائز .. منها الطالح الخاسر ، ومنها الصالح الغانم ... وميّزت هى الآن .. واكتشفت .. وأيقنت أن العوائد الصالحة موجودة وإن فى الخفايا .

٦ـ تقبُّل المسؤولية معناه معرفة ما تريدينه من الحياة والعمل على تحقيقه .

عينى أهدافك ثم اعملى على بلوغها .

* فكِّرى فى الوسط الذى تؤثرين ، ثم اخلقيه خلقاً . لا يحوجك المال الكثير للفوز بضالتك والعيش فى بيت يملأ جوَّه السلام والحب .

* فكِّرى بمن تحبين أن يكون حلقة صديقاتك .. ثم صعى خطط للاجتماع بهن ، لا تجلسى منتظرة اتصالهن ..

* قرِّرى ما تحتاجين إليه ليكون لك جسد رائع ، يبدو سليماً معافى .. ثم اعملى على تحقيق ذلك .

الأغلبية منا لا تنحت حياتها . الأغلبية تتلقى ما يأتيها وتقبل به ، ثم تأخذ فى التوجع . تقضى الحياة فى انتظار الزوج الممتاز ، والوظيفة الممتازة ، والصديقة الممتازة . لا شئ يرغمنا على انتظار أى شئ . أنت تملكين القوة لخلق وابتداع ما تحتاجين إليه . فمتى وجدت الإرادة ، والتصميم ، والأهداف الواضحة ، لا يبقى سوى الوقت الضروى .

٧ـ تقبُّل المسؤولية معناه إحاطتك بالخيارات الكثيرة المتوفرة لك فى أى وضع وظرف وحالة .

قالت إحدى الطالبات : « أستيقظ على صوت المنبِّة ، فأقضى ساعة ونصف الساعة وحدى ، لأقرر كيف أستهل نهارى . ويعود لى أمر رفع الستائر أو إبقاؤها منسدلة . أنا أختار مغادرة الفراش أو ملازمته ، أو الذهاب إلى العمل أو الإضراب عنه ، أو مناجاة نفسى بكلام إيجابى ، والتطلع إلى يوم آت باستبشار . إنه أمر يعود لى وحدى إن ظننت أن جسدى ليس على ما يرام ، أو إن عوَّلت على خلق جسد رائع . النهار كله عائد لى وحدى! » .

فى كل يوم تعيشينه يكون لك الخيار فى نوعه وصفته ، وفى الطريقة التى يتكيف شعورك . وإذا ثارت صعوبة يمكنك أن توجهى هذه الكلمات إلى نفسك :

« حسن ، اختارى . هل تتعسين نفسك أو ترضينها ؟ الخيار لك دون ريب ، فاختارى الشئ الذى يساهم أكثر من غيره فى حيويتك ، ونموك » . إليك خيارات أخرى يتعيّن على الناس بتّها والفصل فيها :

* قررت صديقتك ألا تذهب معك كما اتفقتما . فساورك الغضب ، أو تدركين أن أسباباً قاهرة منعتها ، فتجدين صديقة غيرها لترافقك ، أو تذهبين وحدك .

* زوجك يتأخر عن المواعيد ، فتستنزفين كل قواك فى التنديد به وتعنيفه ، أو فى إقناعه بضبط مواعيده . أو تحاولين أن تغيّرى نفسك .

* أنت مريضة بالإنفلونزا وتتغيبين عن اجتماع هام . أنت متيقنة من أن فى غيابك نهاية لمستقبلك فى العمل ، أو تدركين أن فرص بناء المستقبل فى دنيا العمل كثيرة لا تحصى .

الخيار لك . فى وسعك الارتفاع فوق الوضعية ولا يغربن عن بالك أن هذا الأسلوب فى التفكير ليس المقصود منه الإغضاء عن تصرف غير لائق . إنه يتيح لك حياة أكثر إشباعاً وإرضاء .

إن تحمل المسؤولية كاملة لتجاربك فى الحياة ، عملية طويلة يعوزها التمرس والتدرب . ولا أزال أعمل من أجلها كل يوم ، بعد سنوات كثيرة . المهم أن تباشرى ، وستشعرين بالتحسن فى الحال . والتمرين التالى يساعدك على الشعور بأنك أقوى فى الحياة .

* اكتبى لائحة بالعوائد التى تنالينها متى تجمدت فى وجه من وجوه حياتك : ماذا لا تضطرين إلى مواجهته ؟ أى صورة لك ، أو أى مثال تفضلين الارتسام به ؟ كونى نزيهة مع نفسك إلى أقصى درجات النزاهة . ومتى أحطت بسبب أو أسباب ما تفعلينه ، تنبذين تلقائياً الكثير من تصرفاتك الشبيهة بتصرفات الإنسان الآلى . وستوجهين حياتك بدلاً من الشعور بأنك موجّهة مسيّرة .

* لاحظى إن كثرت شكواك من الغير فى حديثك مع الصديقات ، مثلاً :

« أتصدقين أن فلانة تأخرت مرة أخرى عن الموعد ؟ أغضبنى ذلك واشتبكت معها فى جدال عنيف » ، حوّرى الكلام ، وتعلّمى شيئاً جديداً عن نفسك . قولى : « لاحظت أن فلانة متى تأخرت ، ينتابنى الغضب ، وأظن أن غضبى مصدره ظنى بأنها لا تحترمنى » .

* اكتبى فى دفترك لائحة بالخيارات الكثيرة المتوفرة التى تمكنك من تحويل أوضاع مزعجة إلى أوضاع إيجابية . على سبيل المثال ، توقفى عن ضرب المواعيد مع صديقتك التى لا تفتأ تتأخر : أو تأخرى أنت لأنها تتأخر أو احملى معك مادة للقراءة مشوقة ، أو قولى لها أنك لن تنتظريها إن تأخرت . ولا موجب للغضب ، المهم ألا تلومى الغير لأى انزعاج يستحوذ عليك ، بهذه الطريقة لا تدينين تصرفات الغير ، بل تتجنبين الشعور بالغضب .

* هذا أمر شاق! حاولى قضاء أسبوع دون أن تنتقدى أحداً أو تتذمرى من أى شئ . ستندهشين إن فعلت ، من صعوبة المحاولة . وعندما تكفين عن القدح بالغير ، يبدو لك لأول وهلة إنك مفرغة من الكلام . ولكن حاولى ... استبدلى الذم بشئ أكثر إيجابية . وهذا يتطلب وقتاً وجهداً ، ولكنه يسمو بحياتك فى نهاية الأمر .

وكلما كدّرك شئ ، فكّرى بالبدائل المتوفرة . لا تبخسى من قيمتك وقدرك بإفلاتك لزمام مشاعرك .

هكذا تبدئين فى تقبل المسؤولية . وتذكّرى هاتين الكلمتين وكرريهما مع نفسك مراراً : «أنا أختار» . ولعلك تشائين قطع القصاصة أو نسخها «سبع طرق لذاتك الأسعد حالاً» ووضعها فى جيبك أو حقيبة يدك . فوجودها معك ينبهك إلى الطرق السبع.

******

هــــل زوجــــك «لا يبـالـى» ..؟

ماذا يكون رد الفعل عند الزوج حينما ترفضه زوجته فى إحدى لحظات ولو بألطف الوسائل؟! .

إن أكثر أسباب انهيار السعادة الزوجية انتشاراً ، «بعد برودة الزوجات» هو العجز الجنسى عند الرجل . ولقد أجرى الأطباء والباحثون كثيراً من الأبحاث حول هذا الداء : أسبابه وتأثيراته وطرق علاجه . ومع هذا فلا شئ من كل ما يقال يمكن أن نعتبره مبالغاً فيه طالما أنه يقال من أجل تحذير هؤلاء الذين يتهددهم مثل هذا المرض ليدمر زواجهم .

وهناك حالة خاصة منتشرة جداً ، فيما يتعلق بالرجل ، تقترب كثيراً من حدود العجز الجنسى ، بيد أنه لا يمكن تصنيفها فى عداده ، وتبقى مجرد حالة من اللامبالاة نحو خصوصيات الحياة الزوجية عند جانب كبير من الأزواج .

إن كثيراً من الزوجات الحاذرات والمنبوذات قد واجهتهن هذه المشكلة وقررن بغضب : «أنه لا يحبنى» أو «إنه يخوننى سرّاً» . ولكن قد لا يكون أى من هذين التفكيرين صحيحاً على الإطلاق ! .

أمثال هؤلاء الأزواج هم دون شك مكتملو الرجولة وقادرون جنسياً ، ولديهم المقدرة الجسدية والنفسية على ممارسة العمل الجنسى مع زوجاتهم ، ومع هذا فإنهم يظهرون اهتماماً ضئيلاً ، وغالباً ما يمضون الأمسيات بعيداً عن منازلهم ، ليس مع نساء أخريات ، ولكن بصحبة زملائهم من الرجال فى أماكن بريئة مثل لعب الشطرنج والبلياردو وحضور الندوات .

هؤلاء الأزواج يعودون إلى المنزل غالباً بعد أن تكون زوجاتهم قد فرغن من أعمالهن وذهبن للنوم ، وهذا يجعل ممارسة العلاقات الحميمة بشكل طبيعى أمراً

متعذراً ، مثل هؤلاء الرجال اللامبالين ليسوا قلة ، على العكس ، إنهم كثيرون وخاصة بين متوسطى العمر .. وتشهد بذلك آلاف الزوجات اللاتى أهملهن أزواجهن .

* مشكلة « لامبالاة » الزوج :

وكالعجز الجنسى «الجسدى والنفسى» ، مع حالة اللامبالاة هذه من عدة أسباب ، ولها علاجاتها أيضا . ومع هذا فإن العلاج ممكناً إلا إذا كانت الزوجة المهملة مستعدة لإعادة النظر فى تصرفاتها السابقة بالنسبة لزوجها . وراغبة فى القضاء على هذه اللامبالاة عنده والتى كانت تصرفاتها هى السبب فى كل ذلك .

إن العريس الذى تزوج من عروسه لأسباب طبيعية ، أولها حبه للفتاة التى اختارها شريكة لحياته ، والجاذبية الجسدية التى بالنسبة له لا يمكن أن يكون «لامبالياً» حيال عروسه . وتتضح غريزة الزوج الجديد فى الدرجة الأولى بالركون إلى جوار زوجته عندما يحين وقت الراحة ، بينما يجد أصدقاء العزوبية فى الزوج الشاب ... زميلاً سيئاً تغير كثيراً عن سابق عهده معهم .

كيف تتبدل الحال؟

والآن نتساءل : ما الذى يؤدى إلى تغيير هذه الحالة التى تشكو منها زوجات كثيرات؟ .

الجواب الواضح هو أن الزوجة تتجاهل «الضروريات الصغيرة» التى جعلتها جذابة فى عين حبيبها قبل الزواج ، مثل الزينة المتقنة ، والملابس المرتبة . فهل هذه هى الحقيقة ، أم أن الحقيقة هى تحول الرونق إلى اللون الباهت من خلال الاتصال المستمر؟ .

هناك فى الواقع سببان يشكلان معاً قسماً من الجواب ، وقسماً واحداً فقط . وإذا كان بالإمكان أن نثق بالشروح التى أعطاها الأزواج اللامبالون لأطبائهم ، فإنها تظل القسم الأقل أهمية على أية حال .

إن الرغبة الجسدية والانجذاب هما مثل الحب ، يلبيان دائماً دعوة الداعى . وما دامت الزوجة تتذكر أن عليها توجيه الدعوة ، وتحمل نفسها مهمة القيام بها . بأنها ليست بحاجة للخوف من لامبالاة زوجها قد تكون مشغولة فى المطبخ عندما يأتى إليها زوجها بتلك النظرة المحبة العطوفة فيضمها لحظة ! مشغولة ، لكن بالتأكيد لن يتطلب الأمر تضحية كبيرة من جانبها إذا وقفت لحظة ، واستجابت لقبلته ، واستسلمت لحظة لمداعبة حنونة صغيرة .

إنها عندما تفعل ذلك ، تعد زوجها بمزيد من الإرضاء عندما يسمح الوقت ، وهو لن ينسى ذلك ، وسيكون مستعداً لموافاتها إلى ذلك الموعد فى المنزل بعيداً عن صحبة الرجال الآخرين الفاشلين فى زواجهم .

* رفض الزوجة .. ورد فعل الزوج!

لكن ... إذا رفضت الزوجة لمسة شريكها . وانسحبت بأسلوب يبدو فيه الضيق ، أو إذا لم يكن غاضباً ، فإنه على الأغلب سيدع هذا الحادث البسيط يمر دون أية نتيجة سلبية ، لكنه سيظل يذكر فى أعماق نفسه أنه قد رفض «ووضع فى مكانه» فالرفض قد أثير «فى اللاوعى على الأقل» وقد يجد الحل فى عدم محاولته ثانية القيام بمبادرات غير مرغوب فيها .

إن الزوجة فى هذه الحالة تستطيع أن تريح نفسها بسهولة ، وتطمئن بالها بأنها على حق « هناك وقت لكل شئ » ، تستطيع أن تتحدث إلى نفسها بصدق : « ألم أكن تحت تصرفه ليلة أمس بعد انتهاء العمل؟ » . وهناك بالضبط ، نكون قد وصلنا إلى أحد الأسباب الأساسية للامبالاة الرجل نحو زوجته ونحو جمالها . فإن إحدى أضمن الوسائل لقتل رغبة الزوج وضع روتين زمنى للممارسة الزوجية ، أو للمداعبات الحميمة القصيرة التى لا تمتد حتى تصل إلى العمل نفسه .

غير أن هذا فى الوقت ذاته ليس مبرراً للزوج الذى يصر على الاستجابة لمبادراته ، أينما ومتى اختار هو أن يقوم بها ، لكنها فقط تحذير للزوجات بأن الرجال وقتيون فى رغباتهم ، وأن الرفض المستمر حتى للحظات قصيرة من الحنان

الحميم سيؤدى بالتدريج إلى نشوء موقف الرفض فى ذهن الرجل . فهو سيرفض بعدئذ أى توجيه فى شؤون العلاقات الزوجية طالما أنه يشعر بأحقيته فى بعض الرأى فى : متى وكيف ستمارس العلاقة! .

* اتهــامات متــبادلة بــين الزوجــين !

وهناك سجل فى إحدى المحاكم لحالة من هذا النوع : فى طلبه للطلاق ، اتهم الرجل زوجته بالقسوة ضمن عدة اتهامات أخرى . ورداً على ذلك أعلنت الزوجة بصدق أنها لم ترفض العلاقات الحميمة مع زوجها فى أية ليل بعد انتهائها من العمل .

اعترف الزوج بذلك ، لكنه أكد أن مثل هذا التصريح الصادر عن زوجته هو سلاح لأن الإصرار على وقت محدد لممارسة العلاقة الزوجية ، قد أدى إلى تخوفه من الذهاب إلى الفراش ليلاً ، وإلى سلبه امتيازات حقوقه «الرجولية» يجعل هذا الجانب الحميم من الزواج روتينياً حسب مبادئها «هى» ! .

كما أن هناك أسباباً أخرى للامبالاة ، من بينها احتشام الزوجة المبالغ فيه «وإذا كان تكرار تناول البيض المسلوق مع الخبز المحمص فى وجبة إفطاره كل صباح من شأنه أن يدفع الرجل إلى شرب كوب القهوة وتناول إفطاره فى مطعم ، فإن هناك - أيضاً - يكمن خطر الروتين والملل فى العلاقات الحميمة بين الرجل وزوجته .» وهذا لا يعنى تجديد الزواج نفسه بالضرورة ، إنما يعنى أن قليلاً من التجديد يمكن أن ينعش ويحسن فى تصرفات الزوجة خلال لحظات الاقتراب الودى دون خوف من الاصطدام «بالطبيعة» .

أما القول بأن هناك وقتا لكل شئ ، فلا يقصد منه أبداً أن يكون قاعدة تحكم تصرفات كل من الزوج وزوجته . إنه شئ جيد بالطبع ، (ضمن نطاق حقوق الزوجة) أن تذكر الوقت الذى ترغب فيه بالاستسلام لمبادرات زوجها . ويجب أن يكون من واجبها - وعلى شكل يرضيها أيضاً - أن تحاول تكييف رغباتها مع رغبات زوجها من وقت لآخر على الأقل .

إن استسلاماً لذيذاً فى لحظة مفاجئة غير مألوفة يعطى الزوج «الخيالى» الاعتقاد بأنه ما زال لا يقاوم بالنسبة لزوجته . وهذا يؤثر فى المحافظة على استمرار خيال الخطوبة بدلاً من التكرار المصطنع للعلاقة الزوجية .

* هل زوجك «لامبالى» ؟

سيدتى : هل زوجك لامبالى؟

إذا كان كذلك فباستطاعتك أن تفعلى شيئاً من اثنين إما أن تشتكى من تجاهله لك ، وعدم انجذابه نحوك لدرجة تستطيعين فيها أن تتهميه «بمطاردة» بعض النساء الأخريات!

وإما أن تأخذى بالنصيحة التالية مع النحو الذى تريه متناسب فيه مع ظروفك الخاصة ، وهى أن تعيدى إيقاظ جاذبيتك الجنسية حيال زوجك.

فإذا ما اتبعت الطريقة الأولى فإنك تدفعينه بذلك إلى زيادة الابتعاد عنك إلى حد الطلاق ، أو إلى ظروف يكون الطلاق أفضل منها . لكنك بالطريقة الثانية يمكنك استعادة السعادة التى تذوقتيها معه عندما كان عريسك متقداً متوهجاً ! .

وكيف تتوصلين إلى ذلك؟

أولاً : تخلصى من موقف الاتهام والبراءة والكبرياء المجروحة ، فأنت لن تكونى من بنات حواء إذا لم تعانى مثل هذا الإحساس ، إلى حد ما على الأقل ، لكن ليس هناك من صورة جذابة فى هذه المواقف . وعليك أن تتذكرى بأنك إنما تحاولين جذب زوجك إليك ، وليس أخذ الثأر منه .

ثانياً : وفرى بينكما نوعاً من الاهتمام المشترك الذى يتيح لكما فرصة التعاون فيه معاً ، فالأرجح أن اهتماماتكما قد نمت منفصلة بسبب نشاطه خارج المنزل، وأى شئ يتمتع به هو ، وتستطيعين أنت أن تتمتعى به لدرجة كافية ، يكون جديراً بإظهار الحماس له ، مما يجذب زوجك إليك ، ويجرده من سلاحه ، ويؤدى به إلى موقف «إلقاء السلاح» .

ثالثاً : خصصى بعض الوقت لتخلدى إلى نفسك ، فتذكرى التصرفات الأنثوية الصغيرة التى كانت تجذبه ذات يوم إليك وتشوقه إلى تقبيلك لا تنسى أنك نفس الفتاة التى كُـنْتِـهَا عندما أراد أن يتزوجك! .

قد تكونين أكبر سناً ، لكنه هو أيضاً كذلك ، وقد رآك وأنت تنضجين بالتدريج . إما عاطفياً فإنه ما زال يعتبرك الفتاة التى أحبها وخطبها ثم تزوج منها .

* تصرفاتك الصغيرة «المحببة»

والآن ... عودى رويداً رويداً إلى الحالة الذهنية التى تتيح لك الرجوع إلى تلك الأفعال الصغيرة التى كانت محببة إلى نفسه فى أحد الأيام ، وأنه سيستجيب لك ، فهو نفس الرجل الذى كان فى بداية زواجكما ، وما زالت تجذبه وتسره الأشياء ذاتها . وبتأثير منك قد يكون زوجك تَعَوَّد ، ربما منذ وقت طويل ، على أن يتخلى عن إظهار مثل هذه المبادرات العفوية الحنونة ، غير أنه فى قرارة نفسه ما زال راغباً فى القيام بها ، وسيفعلها بمجرد أن يلاقى تشجيعاً منك ، إلى درجة قد يرغب فى عناق أو قبلة سريعة ، فاستجيبى له بكل الحنان الذى فى داخلك . وإذا أدت هذه اللحظة الحميمة إلى إثارة العواطف الدفينة عنده ، فتذكرى أنه زورجك ، ولا يوجد أبداً أى قانون ، أو حتى عرف متفق عليه ، يحدد فى أى وقت من الليل أو النهار متى يجب على الزوجين أو يرضيا بعضهما البعض إلى آخر قطرة . إن اللبيب بالإشارة يفهم! .

* استعيدى حماس زوجك

إن لم يكن زوجك عاجزاً جنسياً ، وإنما هو لامبالى فقط ، فهو بالتالى من الفئة التى ناقشنا حالتها هنا . إنه ما زال يظهر رغبة فى ممارسة العلاقات الزوجية معك ، ولو على فترات أقل ، وفى مثل هذه الأوقات فملكين أنت القوة على كسب حماسه ثانية وبصورة دائمة ويمكنك فعل ذلك بالاستجابة الحنونة ، وليس فقط بممارسة العلاقة الزوجية نفسها ، ولكن بالتجاوب مع أية مداعبة قد تقوده

غرائزه إلى القيام بها .

وفى سبيل الوصول إلى نقطة النجاح . قد يكون عليكِ أن تعيدى تشكيل أفكارك عن التصرف المناسب بين الزوج والزوجة ، متخلية عن بعض التحفظات التى تصدر عنك أحياناً ، وبالمناسبة ، تلك التحفظات التى سببت على الأغلب حالة اللامبالاة التى يظهرها زوجك نحو العلاقات الحميمة بينكما .

إذن ، تذكرى فقط أنه لا يوجد شئ اسمه تصرف غير صحيح بين زوجين ، مادام الاثنان لا يشعران بالرفض . وإذا وجدت أنه من المستحيل تنفيذ النصيحة السابقة ، فأنت على الأغلب كنت تخدعين نفسك بالاعتقاد أنك تريدين عودة اشتياق زوجك إلى العلاقة الجنسية معك . إنك ، دون وعى ، قد أظهرت له أن كل ما تريدينه فعلاً من الزواج : هو الشراكة المادية والاتفاق بينكما . فإذا كانت الحالة على هذا الشكل ، فإن القليل من إعادة النظر فى ذاتك قد يخفف على الأقل من رفضك له ، ويجعل الحياة أسهل بالنسبة لكما معاً . يجب أن تعلمى طبعاً ، أنك طالما تسمحين لرغبتك الجسدية فيك أن تظل عرضية ؛ فإنك فى خطر من فقدانه ، ومن الأفضل أن تتوقفى عن الشكوى من كونك «زوجة محبة .. ومع هذا مهملة» !

أخيراً ... تذكرى أن برنامج إيقاظ الرغبة الجسدية ثانية لا يتحقق فى لحظة ، وبمجرد أن تقررى ذلك . فإن زوجك لم يعرض عليك الزواج فى اللحظة الأولى التى قابلك فيها . ولابد أن رغباته فيك قد كبرت تدريجياً حتى تجمّعت فى الرغبة التى جعلت منك شريكة حياته . وكذلك ، فإنه إذا كان رجلاً طبيعياً فلن يعود فى لحظة إلى الحماس العاطفى منذ ظهوركِ بأنك مستعدة للاستجابة لطلباته . لكن الصبر والاستمرار سيجعلانك تكسبين ، إذا كنتِ مخلصة فى رغبتكِ بإثارة كل تلك العواطف القديمة والجميلة بينكما من جديد .

******

أزواج غيـــورون ... يلجأون إلى العنف

لقد دفعتنا تطورات الأحداث فى العقد الأخير إلى إمعان النظر فى الطريقة الشرسة واللاإنسانية . التى يعامل بها الإنسان أخاه الإنسان . كما ازداد الاهتمام بهذه المشكلة منذ مطلع القرن الحالى ، حينما قدم «**فرويد**» تعريفه للجنسية عند الإنسان ، ونزعته العدوانية ، بأنهما سمتان أساسيتان فى طبيعة الإنسان .

ولاحظ «**ليونيل تايغر**» . العالم الأخصائى بتطور المجتمعات البشرية ، أن نسبة التستوستيرون تزيد عند بلوغ الذكور بنسبة عشرين أو ثلاثين ضعفاً ، منها عند الأناث ، وعلى الرغم من أن مقدار هذا الهرمون ضئيل إلى حد بعيد ، حتى مع جمعه ، فإن هذا العالم يقول : إنه لا يمكن أن نعزو إلا إليه ، ذلك الأثر الواضح فى تكوين النزعة العدوانية لدى الذكر . فإذا شئنا فهم عنف الذكر وجب علينا أن نقر بوجود فارق بيولوجى ما ، يفسر هذه النزعة ، ولو جزئياً ، على أدنى تقدير .

أما العنف الذى يقوم بين الأزواج والزوجات ، فلا يمكن فصله عن تعقيدات العلاقة الزوجية . وهكذا يبدو مثل هذا العنف للمراقب متناقضاً مع الولاء والإخلاص المتبادلين بين الزوجين ، بل إن العنف ليختلط بهذين العاملين اللذين تقوم عليهما الحياة الزوجية . وهذا ما يمكن أن يشهد على صحته أى شخص توسط فى الصلح بين زوجين متخاصمين .

فالرجال يعمدون إلى استخدام العنف فى التعامل مع زوجاتهم ، لعدم مقدرتهم على السيطرة على وضع معين بحيث يحقق لهم رضا النفس . ذلك أنهم يرون فى هذا الوضع خطراً يتهدد «سيطرتهم» على زمام الأمور . وهذا القصور عن السيطرة ، أو عدم التوصل إلى تسوية ، يشكل عنصراً ضرورياً لوقوع العنف فى الحياة الزوجية

وموضوع هذا المقال يدور حول سبب نشوء هذه الأوضاع فى مثل هذا العدد الكبير من الزيجات ، وتأثير هذه الأوضاع فى المجتمع والأفراد .

* ازديـــاد حـــريـــــة المـــرأة

إن قضية مساواة المرأة بالرجل هى قضية من الحداثة بحيث لا تزال تحول دون فهمنا لمدى الخطر الذى ينطوى عليه مثل هذا التطور فهماً كافياً شافياً . فالرجال الذين ينتمون إلى الدرجات الأدنى من السلم الاجتماعى هم أكثر الرجال خوفاً من العلاقات المتبادلة على أساس التكافؤ والنزوع إلى المساواة لدى زوجاتهم . وهنا لا يمكننا تجاهل أثر وسائل الاتصال والإعلام ، وبخاصة التلفزيون ، على النساء اللائى يسعين إلى الحرية . ولهذا يمكننا أن نتنبأ بازدياد العنف ضد النساء فى المستقبل ، إذ يبدو أن حرية المرأة لا تعرف الثبات عند حد ، بل التقدم إلى الأمام نحو مزيد من المساواة بين الجنسين . فبينما ينسحب الأزواج ، ويتقلص دورهم التقليدى فى العلاقة مع زوجات ينشدن بلوغ درجات أعلى من الحرية ، يزداد تقلص سيطرة الأزواج كذلك . كما أن ازدياد مساهمة المرأة فى العمل ، إلى جانب المطالبة المتزايدة بتساوى الأجور ، يشكلان عاملاً جديداً فى إضعاف هيمنة الأزواج . ولعلنا نضيف إلى هذه التطورات التى طرأت على المجتمع ، والتى تمنح المرأة قدراً أعظم من الحرية ، مزيداً من حرية الحركة ، الأمر الذى يزيد المشكلات القائمة بين بعض الأزواج وزوجاتهم تعقيداً وتصعيداً .

ذلك أن البدع التى تسود مجتمعنا الآن ، مثل إضافة سيارة جديدة لاستعمال الزوجة ، وشراء التلفزيون ، وحبوب منع الحمل ، وأوقات الفراغ فى البيت مما نجم عن ابتكار الأدوات المنزلية الحديثة ، قد جعلت من المرأة فى عصرنا مخلوقاً يختلف عن شقيقتها التى عرفناها فى ماضى الأزمان . إن هذه المساواة المتزايدة ، والتى تعبر عن نفسها بطرق جديدة ، لم يكن لها مثيل فى تاريخ الرجل . والرجال بدورهم لا يعرفون فى إرثهم ما يرشدهم نحو التكيف مع المرأة التى تنشد الحرية حقاً .

* النفـــاق الاجتمـــاعـــى وازدواج القـــيم

وثَــمَّة مشكلة أخرى تنشأ مع الزوجة التى تخترق قواعد السلوك الجنسى فى مجتمع يسوده ازدواج القيم . فالزوجة تتفهم تحـلل الـزوج الجنسى ، وإن كانت لا تغفر له هذه الزلات ، إحساساً منها بأن الرجال «خلقوا هكذا» . أما الآن ، وقد تعلمنا من دراسات كالتى أجـراها الباحـثان «**ماســترز وجونســون**» ، أن النسـاء لا يختلفن عن الرجال من الناحية الجنسية .

أما الآن ، فليس هناك خيـار أمام الأزواج سوى الثورة والعنف حينمـا ترتكب الزوجات الخيانة الزوجية ، مادام المجتمع لا يتيح أى خيار آخر . ومع ذلك فلا ريب فى أن استـمرار هذا التقليـد يرجع إلى انعدام إحسـاس الذكـر بالأمن والطمأنينة . فلقد ظل الرجل طوال الجانب الأكبر من تاريخ الإنسان على الأرض يتمتع بسلطة القانون إلى جانبه ، إذا قتل زوجته أو عشيقها أو كليهـما معاً عند ضبطهـما بالجرم المشهود .

إن العنف صفة الذكـر . فعندما يفشل كل سلوك آخر فى إبراز هوية الرجولة ، يلجأ الرجال إلى إظهار «القسوة» كدليل عليها . ومعاملة الزوجات بأساليب عدوانية هو امـتـداد ، إلى حـد مـا ، للأساليب العـادية التى يتعلمـهـا لمعـالجة مـختلف المشكلات. بل إن بعـض الرجـال لا يميزون جنس خصومهم ، فلا يعنيهم فى ذلك أن يكون ذلك الخصم امرأة أو رجلاً .

وهذا يرجع إلى نزوع ذوى النزعة العدوانية من الرجال لتقييم الوضع تلقائياً ، فيعتبرونه تهديداً لسلامتهم الشخصية ، ومن ثم تأتى استجابتهم عنيفة . وقد يكون السبب فى ذلك عادات تأصلت منذ الصغر فى الإمساك بالعدو ، ومبادرته بالضرب لتحقيق أكبر الأثر .

إن الفكرة القـائلة بأن الزوجـات «جـديرات» بالضـرب ، أحيـاناً ، فكرة تسـود الطبقات الدنيا من المجتمع . ومع ذلك فإن بعض جوانب هذه الفكرة تتجلى لدى الرجال من جميع الطبقات . إذ يبدو أن الغالبية العظمى من الرجال يعتقدون أن

المرأة تتصرف بسلوك سليم ، بل وربما تلذ لها العقوبة البدنية حينما توضع فى «مكانها الحقيقى» . فَثَمَّة حكمة فى عالم الرجال تقول : إن المرأة ترتاح إلى العلاقة التى تكون الهيمنة فيها للرجل ، بينما تستسلم المرأة للخضوع . وهذه حكمة تصدق فى بعض الأحيان ، كما هى الحال بالنسبة لأمور عديدة فى هذه الحياة . وبالتالى فإن إحساسنا ، كرجال ، بأنه لابد لنا من السيطرة على الأوضاع ، بالإضافة إلى اعتقادنا بأن النساء يستمرئن بعض العنف ، أمران يزيدان من احتمالات اكتساب هذه الصفة فى معاملتهن .

* الفوارق الاجتماعية

إن الفكرة القائلة بأن العنف فى الحياة العائلية ظاهرة من ظواهر الطبقات الدنيا من المجتمع ، هى فكرة فيها مبالغة فى تبسيط المشكلة . ذلك أن هذا العنف يتجلى فى كل مكان . ورغم هذا فإن درجاته تختلف ونتائجه تتفاوت . وليس لدينا من دليل يقودنا إلى الاستنتاج بأن كل الأسر تخوض تجربة العنف فى وقت من الأوقات . ولا تشذ الطبقة الوسطى عن ذلك ، إلا من حيث درجة العنف وكثرته ، وردود الفعل حيال نتائجه .

ويلاحظ فى هذا السياق أن الزوجات اللائى ينتمين للطبقة الوسطى هم أقل سلبية من نساء الطبقات الأدنى . ومرد ذلك إلى حد ما ، تمتع نساء الطبقة الوسطى بغنى أكبر من الألفاظ والتعبير اللغوى ، إلى جانب انعدام الاستعداد عندهن لاتخاذ موقف سلبى كالذى ـ كثيراً ـ ما تتخذه نظيراتهن فى الطبقات الأدنى . وقد يكون هذا عاملاً هاماً فى العنف لدى الطبقة الوسطى . فالأزواج المنتمون إلى هذه الطبقة أكثر ميلاً إلى ضرب الزوجة ، أو الرد عليها بالضرب مرة واحدة فحسب ، ثم يستعيدون تماسكهم على الفور . وربما كان ذلك بسبب اعتياد عدم العنف زمناً طويلاً . والمرجح أن يعيد الزوج تقييمه للوضع ، ويتنبأ بالعواقب الشاملة ، حالما ينتهى من ضربته ذلك أنه يخشى التورط فى قضايا المحاكم أكثر من خشيته تهديد مركزه المهنى . كما يلعب تدخل الأقارب الآخرين

والجيران والأصدقاء دوراً كبيراً فى السيطرة على أفعاله ، مما هى الحال بالنسبة للرجل فى الطبقات الأدنى . فحالما يستبد العنف بالذكر من أبناء الطبقة الوسطى ، يدفعه إحساسه المرهف بالعار والإثم ، إلى حصر الحادث فى نطاق الأسرة ، بدلاً من نشر الغسيل أمام المجتمع والقانون والمحاكم .

ومن هنا كان المرء لا يحمل فكرة دقيقة عن مدى شيوع العنف ودرجته الحقيقية في الحياة العائلية للطبقة الوسطى . أما الأسر فى الطبقات الأدنى فإنها غالباً ما تلجأ إلى الخارج للفصل فى النزاع ، بسبب ما تفتقده هذه الطبقات من أسباب التماسك العائلى . ومن هنا كان الاختلاف فى أنواع الضوابط للعنف فى الأسر التى تنتمى إلى الطبقتين الوسطى والدنيا .

والعنف فى مجتمعات الطبقات الدنيا يستخدم وسيلة لتحقيق أهداف معينة ، ولتأكيد الاستقلال والرجولة . وهكذا يحمل العنف معه موافقة بطرق ليست مقبولة تماماً فى الطبقات الوسطى . ذلك أن الذكر من أبناء الطبقات الدنيا تدرب طويلاً على وزن فوائد اللجوء إلى العنف ومضاره سريعاً وهكذا فإن مقدرته المدربة على التفكير بهذا الشكل كثيراً ما تشحذ وتتأكد عند المقارنة مع نظيره من أبناء الطبقة الوسطى . الذى لم يتلق إلا بعض التدريب على مثل هذه الاستجابة . وبعد فإن هناك عنصراً آخر يوصف بأنه فعال فى «تحقيق النصر» . إذ يبدو أن بعض الذكور من أبناء الطبقات الدنيا لا يستخدمون العنف إلا عند تحققهم من النصر المؤكد . ولكن ثَمَّة مجال لمناقشة ما إذا كان هذا النزوع أكثر شيوعاً بين أفراد الطبقة المتوسطة ، منه بين الطبقات فى أسفل السلم الاجتماعى . ومع ذلك فإن هذا النمط من التفكير مؤكد ولا يمكن تجاهله .

* الغيـــرة غيـــر المبـــررة

كذلك يبدو أن ثَمَّة اختلافاً فى أسلوب الحديث عن السلوك العنيف بين مختلف الطبقات الاجتماعية . فالرجال لا يتبرعون برواية ما يقدمون عليه من أعمال العنف . وأكثر ما يتجلى هذا بين الأزواج فى الطبقة الوسطى ، إذ يحرصون

على كتمان انتهاكهم حرمة القانون الأخلاقى الذى يحرم ضرب الزوجة . ذلك أن هؤلاء الأزواج يشعرون بأن مثل هذا الاعتراف ينطوى على خطر كبير . أما إذا جرى الاعتراف فعلاً فهو إنما يتم فى ظروف استثنائية إذ يندر أن نعثر على زوج يعترف علانية فى المحكمة باعتدائه على زوجته .. ذلك أن الرجال فى المحكمة ينزعون إلى اعتبار مثل هذا التصرف حيال زوجاتهم عملاً ينطوى على دناءة ومدعاة للإحراج . أما الزوجات فيصورن قسوة أزواجهن بصورة مأساة . كما أن القضايا فى المحاكم تكشف عن الحب الذى يعكسه الأزواج والزوجات حينما يصبح العنف تحت التجربة والامتحان .

ولنأخذ حالة «**داليا وفهمى**» اللذين مضى على زواجهما ثمانى سنوات ، أنجبا خلالها طفلاً واحداً ، ثم وقع الطلاق بينهما بسبب غيرة فهمى البالغة .

كان فهمى يعمل فى أحد المعامل ، حيث تستمر ورديته من العصر حتى منتصف الليل ، وقد اعتاد الاتصال بداليا ما لا يقل عن مرتين أو ثلاث مرات فى تلك الفترة ، للتأكد من أنها لم تغادر المنزل أثناء غيابه . بل كان يعمد أحيانا إلى تكليف أصدقائه التحقق من أنها لا تستضيف أحداً من الرجال فى غيابه . ولم يتوفر لديه أى دليل حقيقى على أن زوجته داليا على أية علاقة مع أى رجل من الرجال .

وأخيراً أقنعت داليا إحدى صديقاتها بأن الحياة مع غيرة فهمى لا تطاق . وهكذا هجرته ، وانتقلت للإقامة مع ابنها فى بيت والدتها . أما فهمى فقد توعدها وهددها عدة مرات ، مما اضطرها لطلب وجود شرطى ، عند عودتها إلى الشقة ، لحمل أغراضها الشخصية ونقلها معها .

وكان فهمى ينتظرها فى الشقة ، فنشبت مناقشة حامية ، وعندئذ تدخل الشرطى ، وحل فى البيت هدوء متوتر . لكن لم تكد داليا تغادر باب الشقة ، وتقطع مسافة من الطريق ، حتى اكتشفت أنها نسيت حقيبتها فى البيت . فلما عادت لتحملها ، أمسك فهمى برسغها ، وهذه علامة تدل إما على الحب وإما

على العداء ، وتفسيرها يتوقف على الطريقة التى تتم بها هذه البادرة . ولكن داليا حاولت التملص من قبضته ، وبعدئذ مضت لتلتقط حقيبتها . فعاد فهمى وأمسك بها ، من خصرها هذه المرة . وقرصها قرصة تقول فيها : إنها خلفت أثراً فى موقعها .

إن مشهد المخدع الأخير ـ الذى قطعه رجل الشرطة ـ ليبدو أنه ينطوى على الكثير من خيبة الأمل والحب اللذين غالباً ما يتجسدان فى المشاحنات بين الزوجين . فهنا نجد الزوجين فشلا معاً فى فصل القديم عن الجديد ، ليتمكنا من فصل الكراهية عن الحب . فالتصريحات الجلية التى تفوه بها فهمى لا ترمز إلى الإيذاء ، بقدر ما تعبر عن الرغبة فى استعادة السيطرة على زمام الأمور . والله يعلم كم من بادرة تنم على العنف ، وهى تعبير عن الحب . وأنا أرى أن هذا نمط مألوف من الاستجابة أكثر مما يعتقد بوجه عام .

إن الجنس والغيرة يمتزجان بعضهما البعض ، ويؤديان بذلك إلى نتائج معقدة . ومع ذلك فالعنف يرتبط فى حالات عديدة بغيرة الأزواج، إذ يتوصلون إلى نتائج خاطئة عن عدم إخلاص زوجاتهم . نتائج لا تقوم إلا على الشبهة ، أو لا أساس لها من الصحة على الإطلاق .

ومع أنه يفترض عادة أن الرجال فى الطبقات الأدنى لا يتورعون عن اتهام زوجاتهم بالخيانة الزوجية على أساس أدنى الشبهات ، فإننا فى الواقع لا نملك معرفة واسعة بمعدل هذه الاتهامات أو كثرتها . ومن المؤكد أن الأشكال البسيطة من البارانويا ـ جنون الاضطهاد والعظمة الذى يوحى لصاحبه بأن ثمة مؤامرة مدبرة ضده بشكل أو بآخر ـ التى يخلقها الأزواج والزوجات فى علاقاتهم ، حيث يرتاب كل منهم فى أن الآخر يقيم علاقات جنسية مشبوهة . هذه الأشكال بالتأكيد أحد المظاهر المدمرة فى الزواج العصرى ، ولابد من أن تزداد حدة مع مرور الزمن . فإذا لم نبدأ منذ الآن بإيجاد قواعد جديدة لصرح الزواج ، وتقوم على أساس الصراحة والثقة ، فإن لنا أن نتوقع المزيد من العنف فى الحياة الزوجية فى المستقبل.

وهنا لابد من التساؤل : ما الذى يدفع بالرجال إلى اعتياد اتهام الزوجة؟

يعتقد بعض علماء النفس أن من المرجح أن تكون هذه مرتبطة بما يحمله الزوج من مخيلته عن المغامرات الجنسية خارج إطار الزواج . وعندئذ يعمد هذا الزوج إلى إخفاء تخيلاته على زوجته ، التى قد تكون ، أو لا تكون ، على علاقة مع رجل آخر . ولكن لابد لنا من أن نفهم أن إحساسه بخيبة الأمل المريرة هو واقع لا ينكر ، وإن كان الأمر من بنات مخيلته . وقد تكون ردود أفعاله اللاعقلانية حقيقة لدى الطرف الذى يتلقى ثورة غضبه غير المبررة : أى زوجته .

ومن الشائع فى حالات الخيانة الزوجية أن يلقى الزوج اللوم على زوجته ، دون أن يتمكن من إدراك دوره فى هذه الحالة . أما بالنسبة للزوجات فمن الشائع بينهن أن يلقين اللوم على أنفسهن . لذلك يمكننا أن نتوقع من الزوجات الانكفاء على إحساسهن بالمرارة ، ليتركن الإحساس ، بالعداء يعمل فى أعماقهن . الأمر الذى تنجم عنه أمراض نفسية بدنية ، أو يؤدى إلى الإدمان ، والإصابة بالكآبة النفسية ، بل يصل إلى حد الانتحار ، كما فى الحالات المتطرفة .

* اكتساب الاستعداد للعنف

إن معرفتنا بأنماط العنف وإمكاناته فى مجتمعنا هى معرفة محدودة فى الوقت الراهن . وإذا شئنا أن تزداد هذه المعرفة فيجب علينا أن نطرح أسئلة مثل : كيف يثير رجال ونساء يتبادلون الحب أسباب العنف بينهم؟ لماذا لا يستبدل الأزواج العنف بردود فعل أخرى ... أى لماذا يلجأون إلى العنف دون سواه ، فى حل المشكلات القائمة مع زوجاتهم؟ هذه بعض ما يتوارد إلى الذهن من الأسئلة التى يمكن التلميح إليها ، دون أن نجد إجابات مقنعة عنها .

لقد تبين لى ، من خلال دراستى عن الزواج فى الطبقة الوسطى ، أن تهديد الأزواج بالعنف غالباً ما يكون وسيلة للسيطرة على زوجاتهم . كما وجدت العنف يلى وسيلة أخرى يكثر اللجوء إليها لتحقيق هذا الهدف ، وأعنى به التحكم فى

النقـود . أما الزوجات فإن أكثر ما يتكرر على ألسنتهن من التهديد هو المقاطعة العاطفية .

وفى سياق هذه الدراسة أخبرنى نصف عدد الأزواج الذين أجابوا عن أسئلتى أنه لا يستطيعون تمالك أنفسهم ، وربما الرد بعنف ، إذا أقدمت الزوجة على الخيانة الزوجية . بينما زعم ثلث الأزواج أن ليس ثمة علاقة جنسية خارج الحياة الزوجية تستحق الغيرة أو العنف . ولقد كانت النتيجة التى خلصت إليها هى أن الالتزام الفكرى بعدم إبداء ردود فعل تنم على الغيرة هو أمر يسهل قوله ، مادام الأمر يتعلق بزوجة شخص آخر .

وفى استفتاء آخر وجدنا لدى البعض اعتقاداً بأن فى المشاحنات العائلية فـوائد إيجابية . فقد قال هؤلاء : إنه ربما كان الصراع مؤشراً يشف عن الحب ، كما هو مؤشر ينم على الكراهية . تبين لنا أن ستين بالمئة (٦٠٪) من الرجال يعتقدون أنه يفترض فيهم إبداء القسوة والصلابة وعدم التقهقر فى الشجار . وكان هؤلاء رجالاً نعتقد أنهم نشأوا على التفكير والمحاكمة العقلية . وهكذا نخلص إلى أن الرجال يتدربون على سلوك العنف وتأصله فى كل مراحل حياتهم ومع ذلك لا نستطيع القول : إن العنف مجرد رد فعل يصدر عن رجال يتملكهم إحساس بافتقاد الطمأنينة النفسية حيال متطلباتهم السيكولوجية . ونلاحظ أن النساء ينزعن إلى التدخل وتغذية إمكانات العنف الكامنة فى أعماق الأزواج .

وهناك ، بالمقابل وسائل مؤذية تلجأ الزوجة لاستخدامها فى معاقبة زوجها الذى أخطأ فى حقها . فالزوجة تسمح للقانون أحياناً بالتواطؤ معها فى تنفيذ هذا العقاب ومن هذه الأساليب غيابها عن جلسات المحكمة . فإذا استدعى الزوج للوقوف أمام المحكمة ، وحضر فعلاً للدفاع عن نفسه فى دعوى الزوجة باعتدائه عليها ، فإن الزوجة غالباً ما تتغيب عن الجلسة ، أو قد تطلب من محاميها العمل على تأجيل المحاكمة بضعة أيام . ويبدو لنا أن الزوجات يتمتعن بمهارة فائقة فى التعبير عن العنف الكامن فى أعماقهن بأساليب عدائية سلبية ، وهذا سلوك طبيعى لكائن يعتبر فى العادة أضعف الجنسين .

* قطـــع العــــلاقــات الجنســـية

قد ينزع الرجال إلى العنف إذا ما شعروا بإعراض النساء عنهم جنسياً . فمحاولة ممارسة الحب ، إذ تردعها الأنثى ، كفيلة بخلق حالة من الإحباط النفسى فى أعماق الذكر المعتدى . وغنى عن البيان أن العاشق ، وإن كان يستطيع كتم مشاعر الكمد فى أعماقه حيال زوجته ، لا ينوى على هذا تماماً مع أنثى أخرى . ذلك أنه لا يملك تجاهل إحساسه الآنى بإفلات زمام الأمور من يديه ، الأمر الذى يؤدى إلى رد فعل عنيف وسريع .

ولابد من القول هنا : إن السيطرة تعنى لدى الذكر ، من بين ما تعنيه أحياناً ، توفير الإشباع الجنسى لزوجته . فقد عرفنا زوجاً فى الثلاثينات من عمره ، وهو طبيب ، كان يحلو له وصف فحولته بأنها خارقة . وكان يرى أن عليه أن يتخم زوجته بالجنس حتى تسأم أى رجل سواه . فلما علم ذات يوم بأنها استقبلت رجلاً آخر فى البيت ، رد عليها بالضرب . وللتو أحس بالمرض وضاجعها ، ولما أحس باستجابتها الجنسية خلص إلى الاعتقاد بأن هذه الحادثة لن تتكرر بعد الآن . وبعد بضعة أسابيع ، دخل البيت فى وقت غير مألوف ، فوجد زوجته فى الفراش مع رجل آخر كان صديقاً من أصدقائه . فاندفع هائجاً يضربهما فى ثورة غيرة جارفة . ذلك أن إحساسه بضرورة السيطرة والشعور بالتفوق كانا عبئا نفسياً لا يمكن علاجه بدون اللجوء إلى العنف .

* مشـــاحنـات المـائـدة

المعروف والشائع أن تحضير الطعام وتهيئة المائدة سببان تقليديان فى المشاحنات العائلية . وفى هذه الحالة غالباً ما تنشب المشادات على المائدة ، وليس بسبب الطعام ذاته ، بالضرورة . ذلك أن الزوج يولى أعظم الأهمية لارتباط العلاقات بين الجنس والطعام والحب .

أما كيف يمتزج الطعام والجنس بالحب والغيرة ، فأمر أقرب إلى اللغز . ومع

ذلك فَثَمَّة أخصائى يزعم أن عدوانية الذكر مرتبطة بفشلنا فى تنفيذ نزعاتنا العدوانية بالعض . وهذا الأخصائى يزعم أننا لو استطعنا تخيل أنفسنا ونحن ننهش جسم أحدهم عضاً ، لكان هذا مدعاة للتنفيس عن بعض التوترات التى تتحول إلى تصرفات عنيفة . وهذا ما يطرح سؤالاً مثيراً للاهتمام ، عن مدى الارتباط بين الطعام والأكل والعنف عند الرجال والنساء .

وبعد ليس ثَمَّة مَنْ يعلم العلاقة بين الحاجة الجنسية لدى الأزواج والزوجات ، وتردى العلاقات بينهم . فقد يصبح العنف عند بعض الرجال بديلاً عن بلوغ ذروة المتعة . كما أن من الشائع أيضاً إحساس المتزوجين بعمق توتر اللذة الجنسية وتصاعدها بعد معركة حامية الوطيس . كما يجد البعض متعة فى المصالحة . وليس معروفاً كذلك مدى التشجيع المتبادل بين الأزواج والزوجات على العنف لبلوغ أهداف جنسية . ومع ذلك فَثَمَّة احتمال بأن ينغمس الزوجان فى اللعبة ، حتى تفلت الأمور من بين أيديهما . فقد يبالغان فى رد الفعل ، ويفقدان السيطرة على أعصابهما فيما كانا يعتقدان أنه مجرد «مقبلات» فحسب .

إن نسبة الذين يعلمون بأمر خيانة الطرف الآخر ، ويهددون بالطلاق فى حالة الاستمرار ، لا تزيد على الثلث . إذ يبدو أن أثر هذا العقاب فى صاحبه هو أكبر بكثير من أثره فى الخاطئ . وهكذا نجد أمامنا عدداً هائلاً من أساليب العقاب المتنوعة ، ومنها بعض العنف الذى يقصد به ردع الطرف الضال عن غيه . وألفاظ التهديد ، واللجوء إلى المحامين ، وانفجارات الغضب والعنف ، هى كلها أمور تشكل مشهداً مألوفاً فى بيوت لم نكن نعتقد أن مثل هذه الاندفاعات اللاعقلانية تعرف طريقها إليها ، ولكن لابد من القول كذلك : إنه ما من علاقة يمكن أن تحتمل مثل هذه الأحوال طويلاً ، دون أن تترك آثارها الضارة على أحد الطرفين أو كليهما معاً . وغالباً ما تكون الأنثى هى الأكثر تضرراً ، لعدم توفر الوسائل الكافية لحمايتها من آثار هذا الوضع النفسى ، الذى يؤدى إلى العنف ، وبخاصة أن معظم كيانها يتركز حول الأسرة والبيت ، كما أنها لا تملك عادة ما يسمح لها بالهرب من هذا الوضع ، بالعمل أو النشاط ، إلى جانب قلة اتصالاتها

الشخصية ، التى تساعدها على إعادة تقييم وضعها في الحياة من جديد .

وهكذا فإن عبء العنف غالباً ما يقع على كاهل الزوجات فى علاقة غير محمودة . والأهم من ذلك أنهن لا يملكن أسباب تبديل هذا الوضع .

إن حضارتنا تُعَلِّم الرجال العنف والقسوة والقتال ، إذا لزم الأمر . ولذلك يبدو لنا أن مما يجافى المنطق أن نتوقع منهم الرقة فى الحب ، والتفهم فى الزواج . كما لابد لنا من أن نرى فى العداء والعدوانية اللذين يستهدفان الزوجات ، نتاجاً لحضارتنا ذات القيم الجنسية المزدوجة .

فالرجال لم يصمموا إلا على أس[illegible]ن العدوان . لذلك فإن المرء ليتساءل عن سبب عدم شيوع المزيد من العنف فى حضارة ترتكب مثل هذه الأمور الغريبة فى حق الإنسان .

الأزواج السفاحون

«صفية» عمرها ٣٤ سنة ، وأم لطفلين . طعنها رجل كان مختبئاً فى منزلها ، ولكنها بأعجوبة بقيت على قيد الحياة . وأُرسِل المعتدى إلى السجن . ثم أطلق سراحه بكفالة ليعود إليها ويملأ جسدها بالرصاص ، حيث قتلها على بعد بضعة أقدام من باب منزلها .

عندما طلبت **«منار»** ، البالغة من العمر اثنتين وعشرين سنة ، من أحد القضاة أن يصدر أمراً لحمايتها من رجل يرهبها ويهدّدها ، عنّفها القاضى لأنها تضيّع وقته . والرجل الذى اتهمته لحق بها بعد ذلك إلى محطة الأتوبيس ، وأطلق النار على معدتها .

«شاهندة » عمرها تسع وعشرون سنة استأجرت حارساً شخصياً لمرافقتها ، وارتدت قناعاً ، وتخبّأت لتحمى نفسها من الرجل الذى عاملها بوحشية لعدّة سنوات . فكرت أنها أصبحت بأمان عندما أرسل أخيراً إلى السجن ، ولكن عندما أعطى أجازة لمدة ثمانى ساعات ، ذهب إلى منزلها مباشرة ، وهناك أمام جيران مرعوبين ضربها بهراوة حتى الموت .

فى كل من هذه القضايا ، كان القاتل زوجاً سابقاً للضحية .

كانت **صفية** صغيرة الجسم ، وزنها ٨٥ رطلاً فقط . وبالكاد يبلغ طولها خمسة أقدام . ولكن ما كان ينقص بنيتها استعاضت عنه بأخلاقها الحميدة . كانت عزيزة النفس ، حازمة ، ومحبّة للحياة ، وهى فى الرابعة والثلاثين من عمرها بمزاج يميل إلى المرح ، كما كانت عاملة نشيطة ، خلال اثنتى عشرة سنة من زواجها ، للشاب الجميل ، فى مدرستها الثانوية ، سيد . لقد شغلت عدة وظائف كتابية لتبقى حالة العائلة المالية جيدة .

بعد فترة من العمل صمّمت أن توفّر مبلغاً من المال تشترى لعائلتها منزلاً

صغيراً بطبقة واحدة . لكى تعود إلى هذا المنزل كل يوم بعد العمل . لم تستطع الانتظار إلى أن يكبر ولديها إسماعيل أحد عشرة سنة ، وكريم الابن خمس سنوات ، لكى تشترى المنزل . فالولدان كما قالت صديقتها جيهان كانا كل حياتها . وعملت كل شئ من أجلهما .

لم يكن زواجها سعيداً كما يجب ، فقد كان سيد الأب عنيف الطباع ، يغضب بسرعة وتكون زوجته هى الهدف الدائم لغضبه . هدّدها مرة بمسدس ، وفى مرة أخرى ربطها فى غرفة المؤون بسبب مجادلة بينهما . ولكن بالرغم من ذلك حاولت صفية أن تجعل الزواج ناجحاً ، وفى النهاية نفد صبرها واحتمالها فطلبت الطلاق الذى أصبح نافذاً فى أبريل سنة ١٩٨٧ . وحُكِمَ لها بتربية ورعاية الولدين وبملكية المنزل . ونظراً لطباع سيد الشرسة أعطتها المحكمة طلباً بالحماية مع عائلتها لمنعه من مضايقتها أو مهاجمتها .

وفقاً لقول شقيق صفية ، جمال، كان سيد ثائراً وغاضباً لفقدانه المنزل ، وقد أمره القاضى بإخلاء المنزل خلال فترة ثلاثين يوماً . كان عليه الانتقال إلى بيت متنقل مربوط بسيارة ولكنه لم يستطع تحمل ذلك . وفى محاولة لاتخاذ إجراءات واقية من طباع سيد عمدت صفية إلى تركيب بوابتى حديد على مدخلى المنزل الأمامى والخلفى . ولكن ، كما يقول جمال : « ذات يوم اقتحم سيد منزل شقيقتى عندما كانت أمُّنا هناك (إحدى البوابتين لم تكن مقفلة) وطلب من صفية أن تعطيه مفتاحاً للمنزل . وعندما رفضت رماها أرضاً وهو يهدِّد قائلاً : « سأنال منك من أجل هذا » استدعيت الشرطة ولكنها أبلغت صفية أن تراجع محكمة العائلة .

عندما تقدمت صفية بطلب إلى محكمة العائلة للحصول على أمر أشدّ للحماية يمنع سيد من دخول المنزل ، كان الأخير قد بدأ ينفِّذ تهديده ؛ فأقدم على قطع شريط الهاتف ، وأتلف عجلات سيارتها ، وحطم عربة نقل تخص مستأجرين لديها (كانت قد أجَّرت شقة صغيرة فى الطابق السلفى) وكنا نعرف أن سيد هو الذى يفعل ذلك فى كل مرة ، ولكن الشرطة استمرت على القول : «ليس لديكم دليل»

ذات مرة وصل سيد إلى منزل صفية عند منتصف الليل وبدأ يطرق على الشبابيك بقضيب من حديد . استدعت صفية الشرطة التى وصلت عندما كان على وشك فتح الباب . سجن. ولكن أطلق سراحه فى اليوم التالى بكفالة مقدراها ٢٥ دولاراً .

* هجـــوم وحـــشى

حاولت عائلة صفية أن تعطى سيد فرصة للانفراد بها ، بينما كانت تنتظر أمر المحكمة بحكاية أقوى . نظمت العائلة أمورها بطريقة المراقبة . كان على صفية أن تأتى بولديها من منزل أمّها بعد العمل ثم تذهب بهما إلى منزلها ، وعندما تصل تخاطب أمها بواسطة الهاتف لتفهمها أنها بأمان . فى ٢٧ مايو مساء قادت صفية سيارتها من منزل أمها مع ابنها البكر إسماعيل ، يقول جمال : « كان كل شئ يبدو حسناً ، وكان إسماعيل يخاطب جدته بواسطة الهاتف عندما فتح باب الخزانة وقفز منه سيد وهو يحمل مسدساً كبيراً فى يده ، وخنجراً فى اليد الأخرى ، رمى سماعة الهاتف أرضاً وقطع الشريط ، ثم أمسك صفية بشعرها وجرّها إلى أعلى الدرج الذى يؤدى إلى الطابق السفلى .

« توسلت صفية إلى إسماعيل لحمل المفاتيح ويهرب » يقول جمال : «ومن الطبيعى أن تعرف أمى أن شيئاً ما يحصل عندما قطع خط الهاتف ، ولذلك استدعت الشرطة جرّ سيد إسماعيل إلى غرفته ، ثم طعن صفية وطوى الخنجر ، ورمى صفية من أعلى الدرج نحو الطابق السفلى ، ولحق بها وطعنها ثانية ، وعندما شعر أن إسماعيل يهرب من المنزل لحقه إلى الطابق العلوى . ثم رجع إلى صفية وطعنها مجدداً ، هذه المرة أصابها فى الكبد ، فانفجر الدم وسال حولها فى كل اتجاه ، ويبدو أنه خاف من ذلك فغادر المكان . زحفت صفية إلى الهاتف فى الطابق السفلى ـ وكانت قد يئست من مساعدة الشرطة لها ـ «استدعتنى» يقول جمال : «وعندما كنت أشرح لها كيف تضغط على الجروح الثلاثة ، طلبت من صديقى الذى وصل للزيارة أن يستدعى سيارة إسعاف .

نقلت صفية إلى المستشفى فى حالة الخطر ، وبقيت قيد العلاج لمدة شهر

هناك ، مع ثقب مؤلم فى كبدها ورئتها . سجن سيد ، ولكن خلال شهر يوليه ، وحتى قبل أن تشفى صفية نهائياً نجحت عائلة سيد فى دفع كفالة عنه مقدارها ٢٥٫٠٠٠ دولار نقداً ، وأطلق سراحه من السجن .

كانت عائلة صفية مقتنعة أن سيد سيهاجمها مرة ثانية ، لذلك احتجت على إطلاق سراحه بكفالة ، ودافعت عن قضيتها بكتاب رفع إلى رئيس المحاكم ، وتلقت جوابا تضمن : « إن الخطر والمخاطرة التى يسببها الفرد إلى المجتمع ليست مقياساً فى الكفالة » هكذا فسّر مساعد المدعى العام : «الغاية من الكفالة بموجب القانون هى فقط لضمانة مثول المتهم أمام المحكمة أثناء محاكمته» .

حاولت صفية ثانية أن تطلب المساعدة من المحكمة ، وكانت لا تزال صحتها ضعيفة من جراء الهجوم الهمجى والطعنات التى تعرّضت لها . وقفت أمام المحكمة وتوسّلت إلى القاضى أن يقرر محاكمة فورية لسيد .

« يا صاحب السعادة ، ابنى البالغ من العمر عشر سنوات يطوف حول المنزل وهو يحمل مضرباً لحمايتى» هذا ما قالته ، ولكن القاضى أجابها : « إن المحكمة مليئة بالشكاوى وهناك قضايا قبل هذه القضية ، وقضايا قتل أيضاً . وتلك تستغرق وقتاً للاجتهاد والحكم» يقول جمال: «لقد لاحظت سيد جالساً هناك وهو يصغى لقول القاضى ويبتسم» . ولاحظنا فى اليوم التالى أنه اشترى مسدساً آخر .

مدعى عام المنطقة والشرطة بذلوا جهداً لحماية صفية ، وزعت صور لسيد على سيارات الشرطة الموجودة فى المنطقة التى تسكن فيها صفية ، ووضع جهاز إنذار يدوى متصل بآخر إلكترونى للعمل أثناء الخطر وكلاهما موصول إلى قسم الشرطة ، وينطلقان معاً عند الحاجة ، وقد وضعا فى منزل صفية على نفقة المحكمة ولكن جمال بقى غير مطمئن ، وهو يعلم أن جهاز الإنذار لا يمكن أن يردع سيد الثائر والمسلح .

حاولت عائلة صفية أن تتخذ بعض الخطوات لكى تحمى نفسها طالما أن موعد محاكمة سيد قد تأجل ، فاستأجرت حارساً خاصاً ليرافقها إلى سيارتها بعد الانتهاء

من عملها ، وطلب جمال أن تبقى سيارة شرطة قرب منزلها عندما تعود من عملها .. «ولكن مثل هذه الحماية لا تتوفر لمدة ٢٤ ساعة» كما قال جمال ، إلا لحماية شاهد فى قضايا المخدرات الهامة ، وهكذا رفض طلب الحماية الذى تقدمت به العائلة .

بينما كانت صفية تنتظر بقلق موعد محاكمة سيد الأخيرة ، فى ١١ أغسطس ١٩٨٩ ، حاولت أن تعيش بطريقة طبيعية قدر الإمكان خطّطت لرحلات مع ولديها ، كانت مرحة دائماً ، تسقى الزهور فى الحديقة . بدأ اليوم الرابع من شهر أغسطس كأى يوم آخر ، كانت تتخذ الاحتياطات العادية عندما عادت إلى منزلها من عملها ، ومشت المسافة القصيرة بين موقف السيارة والمدخل الأمامى ، وهنا قفز سيد من خلف السياج وبيده مسدس أطلق منه عدة عيارات . هذه المرة لم تنجو صفية منها بل كانت قاتلة .

قالت مساعد المدعى العام : « إن هذا مؤلم جداً ، لقد قمنا بكل شئ ، ضمن صلاحياتنا ، لحماية صفية إلى أقصى الحدود ، وضمان حقوقها بالحماية ، وكانت هى نفسها امرأة شجاعة » .

شعر شقيق صفية بطريقة مختلفة حيث قال : «النظام نفسه ، ضمن حقوق الحماية ، بما يتضمنه من نصوص غامضة ومشوشة بشأن حقوق الحماية «هو الذى قتل شقيقتى» ثم يضيف بغضب : «كان علىّ أن أقتل سيد بنفسى ، لكى تبقى صفية على قيد الحياة » .

* عندما يكون الطلاق مميتاً !!

لسوء الحظ لم يكن مصير صفية وحيداً بذاته ، بين النساء اللواتى يتعرّضن للاعتداء كضحايا للعنف المنزلى . فى الواقع ، كانت صفية المرأة الثالثة التى يقتلها زوجها السابق ، خلال ثلاثة أسابيع (الرجال الثلاثة ، سيد من ضمنهم ، انتحروا بعد وقت قصير من ارتكابهم جرائمهم) . فى الواقع ، تقول الدكتورة **إنجيلا براون** الأخصائية فى علم النفس الاجتماعى فى كلية الطب فى جامعة ماساتشوستس ،

ومؤلفة كتاب : متى تُقتل النساء بعنف «مكميلان ١٩٨٩» : « إن نصف عدد النساء اللواتى قتلن فى الولايات المتحدة جاء على يد الرجال الشركاء لهن» الخطر الداهم فى مثل هذه الحالات رفع الأسئلة المثيرة حول ملاءمة النظام المتبع لحماية المواطنين وموقف أولئك المسؤولين عن تطبيقه .

يجب التأكيد على أن الغالبية العظمى من الرجال لا يصبحون عنيفين فور الانفصال عن زوجاتهم بالطلاق . وأبعد من ذلك عندما يسود الغضب على أثر انحلال الزواج ويجعل الرجل العقلانى يتحول إلى العنف . فإن أوامر المحكمة للحماية تكون عادة فعالة فى حماية المرأة من زوجها .

ولكن هناك دائماً استثناءات خاصة فى تلك الزيجات التى تتميز بالعنف الوحشى الزائد ، أو تلك التى يكون فيها الرجل مسيطراً ومحباً للانتقام . لمثل هؤلاء الرجال ، عندما تتركهم المرأة ، يكون الافتراق كعود الثقاب الذى يلهب طبيعتهم العنيفة .

« يشعر الرجل أنه قد أهين ، أو جرح شعوره ، وهذا الإحراج يثيره » تقول الدكتورة **بنلوب غرايس** ـ وقد مارست وظيفة مستشارة لعدد من أعضاء العائلات التى تعرّضت للعنف ، فى مستشفى جامعة هارفرد للأطفال وتضيف ـ : « يشعر الرجل بالإحباط المماثل لما يشعر به أحد الوالدين من غضب عندما يحاول أن يؤدّب أحد أطفاله ويخضعه للنظام كل ما يستطيع الرجل فهمه هنا ، هو أن زوجته «لا تطيعه» ، و«تعصى أوامره» وتتحوّل تلك إلى قوّة مصارعة ، إذا حاولت النجاة أو الهرب فيصبح الانتقام دافعه الأساسى ، وأقصى درجات الانتقام لمثل هذا الرجل هو القتل . فى الماضى لم تكن المرأة قادرة على تأمين الأمر لمنع زوجها من استعمال العنف ضدها ، أو تخلّصها من الزوج ، اليوم من سخرية الأقدار أن عدداً أكبر من النساء يحصلن على مساعدة فى مثل هذه الزيجات ، وفى حالات أكثر حرجاً من الماضى .

* مخــاوف امـرأة مطــاردة

نيرمين ، عـمـرها تسع وثلاثون سنة ، وهى واحـدة من هؤلاء النسوة عندما سمعت بأخبار مقتل صفية ، جلست فى غرفة الاستقبال المستطيلة وهى تفكر ، ثم قالت : « أنا التالية ، إنى أعرف ذلك تماماً » زوج نيرمين وجيه عمره ٤٩ سنة ، كاتب سابق فى شركة شحن له شخصية تنطبق تماماً على محبٍّ القتل إنه يحب السيطرة إلى أقصى الحدود، وهى سمة خفية فى الوساوس المقنـعة ، تتجه نحو بعض النساء . تقـول : « عندما التقيت مع وجيه لأول مرة ركز كل اهتمامه عليّ، ولم يكن يستطيع النوم إلا وذراعه تطوّقنى كل ليلة اعتقدت أن تلك كانت علاقة لحب التملك الواضح . أو ربما كان ذلك تملكاً » ولكن فى منتصف فترة زواجهما التى امتدت تسع سنوات رزقا بولد أثناءها أسمياه جوزيف ، هو الآن فى العاشرة من عمره . لقد تحققت أن حبّ التملك لدى زوجها هو الذى جعلها بحكم السجينة ، «لم يتركنى مرّة لوحدى عندما نكون فى المنزل» تقول وتضيف : «إذا تركت الغرفة يلحقنى بعد ثانيتين ، وإذا تطلعت إلى البعيد بعمق يريد أن يعرف أية أحلام يقظة تجول فى خاطرى . كان الجلوس فى غرفة الحمام الطريقة الوحيدة لأكون لوحدى . حتى فى تلك الأثناء كان يقرع الباب ويتساءل : «إنك هناك لمدة طويلة ، ما بك؟» ومع أن نيرمين لم تكن سعيدة بسبب سيطرة وجيه المطلقة على مجرى حياتها . فقد استغرقت محاولتها للانفصال عنه مدة سنتين ـ سنتان كانت تعانى خلالها من سرطان الحوض ـ وهى تحاول أن تتركه .

فى يوم من الأيام كانت تقود سيارتها فى مهمة قصيرة . لقد توقفت قليلاً بجانب الطريق لتفتش عن قطعة من حليها انزلقت إلى أرض السيارة «وعندما نظرت فى المرآة إلى الوراء شاهدت وجيه وهو فى سيارته يسير خلفها على بعد مئة ياردة . كان يتبعنى إلى كل مكان» ـ كما تقول ـ «وقد شعرت برعشة فى كل كيانى ؛ فى تلك الفترة صممت على تركه» .

كانا لا يزالان يعيشان معاً عندما طلبت الطلاق ، وهذه أيضاً دفعت وجيه إلى

اللحاق بها أينما ذهبت . وكان يوبخها باستمرار وبسخرية حتى أمام الأصدقاء (مع أنه فى الواقع لم يكن عندها أى صديق) بعد أن تبلّغ وجيه طلب الطلاق ضربها وهدد بقتلها إذا تابعت إجراءات الطلاق وفى هذه الأثناء تسلّمت ورقة الحماية من المحكمة ، وبلّغ القاضى وجيه أن عليه مغادرة المنزل .

على أثر ذلك ، وفى ٢٧إبريل ١٩٨٦ اقتحم وجيه منزل نيرمين ، وعندما واجهها كانت يده اليمنى خلف ظهره . تقول نيرمين : «كأنه كان يحمل هدية» وتبين أن الهدية تحولت إلى سكين ، قال لها : «لديك صديق هاه» ثم طعنها ٣٣مرة ، وإنه لأمر لا يصدق لقد بقيت حية .

كانت نيرمين محظوظة فى أكثر من مسألة ، زوجها السابق ، خلافاً لزوج صفية ، لم يستطع دفع كفالة بمبلغ ٢٥٫٠٠٠ دولار ، وبقى فى السجن مدة سنتين ، إلى أن اقترب موعد محاكمته . ولو أنه استطاع تأمين الكفالة لكانت نيرمين فى عداد الأموات ، حسب قناعتها .

حكم على وجيه بجرم السطو على المنزل والاعتداء ، وليس بمحاولة قتل ، لأن أحد الشهود ، وهو طبيب أفاد بأن الجروح كانت سطحية جدا. وبعد مضى سنتين وثلاثة أشهر من هجومه على نيرمين ظهر وجيه لتلقى الحكم . لقد بقى فى السجن المدّة المماثلة للحدّ الأدنى للجرم الذى ارتكبه . وحسب القانون تحسب أيام التوقيف من الحكم . وهكذا عندما ذهبت نيرمين إلى قاعة المحكمة ، تخوفت من أن يطلق سراح وجيه .

ولكن مدعية عامة شابة ، تدعى ليلى ، ضغطت على القاضى أن يحكم على وجيه بالحد الأقصى وهو ثمانى سنوات ونصف إلى ٢٥ سنة . كان دفاعاً مبنياً على بعض الأدلة ، منها أن وجيه رسم فى غرفة سجنه صورة قبر وكتب عليه اسم نيرمين ، ولكن القاضى حكم بالسجن من ٥: ١٥ سنة .

* إثـارة موضــوع سـوء استعمـال الحــق

تبدو الحماية الشرعية والقانونية التى تُمنَح للنساء وكأنها فى أدنى الحدود، حتى أنه منـذ عدة سنين لم تكن هناك أية حماية لهن من هذا النوع ، معظم الناس مثلاً ، لا يعلمون أن النساء منذ وقت قصير أعطين حق الحماية المدنى من قبل الشرطة ضد زوج يحاول قتل زوجته . لم يكن الأمر كذلك حتى حكم أحد القضاة فى إحدى القضايا بالقول : « لا يحق للرجل أن يسئ جسدياً إلى المرأة أو يعرضها للخطر ، فقط لأنه زوجها ، وبناء على ذلك لا يمنع ضابط الشرطة من التدخل ، ويمكنه التوقيف تلقائياً عندما يكون الجانى والضحية متزوجان لبعضهما البعض » قبل ذلك الوقت كان الموقف السائد بين القضاة ، والعامة ، والشرطة هو أن ما يجرى ضمن العائلات يبقى بعيداً عن سلطة القانون .

القضية التى غيَّرت كل ذلك كانت عن امرأة ، زوجة وأم لطفل عمره سنتان ، تدعى نجوى ، تقدمت بدعوى وحكم لها بتعويض كضمانة ضد قسم الشرطة . استدعى ضابط شرطة إلى منزلها أثناء هجوم وحشى عليها من قبل زوجها ولكن لم يقم بأى عمل للتدخل ، وقد سبب ذلك الهجوم للمرأة عطلاً دائماً ، إذ قطع وتر فى عمودها الفقرى أفقدها ٨٠٪ من القدرة على الحركة فى الجهة اليمنى ، مما جعل من المستحيل عليها أن تمشى أو تستعمل يدها .

منذ تلك اللحظة وصاعداً أخذت دوائر الشرطة فى البلاد مبادرات لملاحظة مثل هذه الأمور لحماية النساء من التعديات التى يرتكبها الأزواج ، وفى حالات محاولة القتل ، أو التسبب بالأذى والإضرار ، أو مواجهة الملاحقة القانونية التى يمكن أن ينتج عنها تعويضات تأمين على الحياة .

سنة ١٩٨٧ كانت أعمال الشرطة فى اتباع التوقيف الاحتياطى قد زادت من ١٠٪ إلى ٥٠٪ وأبعد من ذلك فقد دلَّت الدراسات أن سياسة التوقيف جعلت العنف والتعدى العائلى تنخفض نسبته انخفاضاً كبيراً لاسيما فى جرائم قتل الزوجات اليوم ، كل الولايات باستثناء اثنين ، تسمح بالتوقيف بسبب العنف

العائلى ، وهذا يعنى أن الشرطة تستطيع توقيف الرجل السئ لعائلته حتى ولو أنكرت المرأة الخائفة بأن زوجها ضربها ، وحتى ولو لم يكن ضابط الشرطة قد شاهد الرجل أثناء ارتكابه المخالفة أو الجريمة .

لسوء الحظ ، يمكن ملاحقة «المدّعون العامون» والقضاة ، وضباط الشرطة فى المناطق إذا أساءوا استعمال السلطة ، بناء على نظرية تكافؤ الضدين بالنسبة لنظرية الإضرار بالزوجة التى لا تزال متخلفة فى مرحلة التنفيذ ، وتنقص من الحقوق النامية فى المرحلة النهائية الأكثر أهمية فى قاعة المحكمة . بدون أى شك إن العنف العائلى هو جريمة عاطفية معقدة ، وهى واحدة غير متوازنة أو متوازية ، فالضحية تعيش مع مرتكب الجريمة وغالباً ما تخضع له لاعتمادها عليه اقتصادياً ، وهكذا يسيطر عليها ، ويكون لها عادة أطفال تعلم أنه يتأذون إذا أغضبت الرجل أو تركته أو حمّلته مسؤوليات . ليس من المستغرب ، إذن ، أن معظم هؤلاء الضحايا ، عندما يسجن الزوج ، فهذا يعنى لهن أنهن يعجزن عن اتخاذ الإجراء القانونى الضرورى ضد مرتكب الجريمة .

النساء المتضررات بقسوة : أى أولئك اللواتى يصبن بأضرار فى الكرامة والاحترام من الناحية الإنسانية يحاولن استعمال الضغط للحصول على حقوقهن . والذى يحاوله المدعون العامون هو ضمان رغبة المرأة بإيقاف الإساءة إليها مع استمرار العلاقة . إن العواطف المختلطة مثل هذه يمكن أن تؤدى فقط إلى الإحباط بالنسبة إلى مدعى عام المنصفة ، وكما قال أحدهم : «أعتقد أن لدينا قضية واضحة جداً ، تقول الزوجة أنها ستقدم البراهين ضد زوجها . نحن نقوم بكل الأعمال الكتابية والتحريات ، ثم تأتى هى وتطلب منا أن نسقط كل الإجراءات ، أو أنها تظهر فى المحكمة مع زوجها يداً بيد ، مع الرجل الذى نحاول القبض عليه ، وهى رهنت المنزل لتدفع عنه الكفالة ، فيشعر المدعى العام بحالة من الهزيمة والسخرية . لماذا إزعاجه بمثل هذه القضايا؟! ، يضعون الأسباب والحيثيات لإقامة الدعاوى ، ثم يجتهدون لإسقاطها : وتنعكس النتائج على قاضى يتذمر .

هذا الموقف هو من الأسباب التى تحرم المرأة التى تهاجَم من بعض الحقوق .

يقول المحامون العامون : «يجب ألا يقع عبء الإثبات على المرأة ، يجب أن يكون فى النظام القضائى المسؤول عن حفظ حقوقها بقدر ما يحفظ حقوق زوجها ، أو زوجها السابق ، حسب رأى المدعى العام ماهر ، الرجل الذى كان بطل قضية لمياء ، حيث يقول : «البدء بالمقاضاة ، رغم المشاكل ، هو الحل الوحيد ، عندما يتبنى المدعى العام المحلى والقضاة موقفاً مثل «لماذا الإزعاج» تشعر النساء أن النظام يرفضهن ، وهن على حق ، يجب أن يحتفظ القضاة والمتقاضون بالثقة ، وأن يطيعوا القانون» .

يمكن أن يشك القضاة بطبيعة النفس البشرية ، مثل المتقاضين ، فى معالجتهم قضايا النساء اللواتى يتعرضن للاعتداء . فى الحقيقة هناك اليوم عدّة قضاة يظهرون أنّ لديهم نظريات تنطوى على مفارقات تاريخية . وهى نظريات عن حق الإمرة للرجل لحكم الزواج . لنستمع مثلاً ، إلى عدلى ، قاضى محكمة ، والقاضى طه يبحثان فى قضية امرأة وقفت أمامهما تطالب بمنع زوجها من دخول منزلها لأنه ضربها ، أتصور أنها قرأت المواد التى تسمح للمرأة أن تطلب الحماية من المحكمة عندما تتعرض للاعتداء من الزوج ، وفكرت أن هذه طريقة سريعة لمنعه من الدخول إلى المنزل ، وإجباره على عدم تكرار فعلته ، « حسن ، لا يوجد قرار سريع فى المحكمة . لا أعتقد أنها ضربت. لم ألاحظ أى رضوض (كانت المرأة تلبس رداء شتوياً فى غرفة المحكمة) ويتابع . إذا رأيت علامات منظورة تثبت أن المرأة ضربت سأضع الزوج خارج المنزل لبضعة أيام ، ولكننى لا أسعى لتحطيم العائلات» .

إن الحصانة التى يتمتع بها القضاة مثل طه ستوضع قيد التحدّى فى وقت قريب ، إذا كان عدلى فى صدد تشريع قضية سناء ومجدى ، وهى قضية تشتمل على امرأة نالها رعب من زوجها السابق فى سياق رحلة ، حيث يقول عدلى : « استجابت الشرطة بفاعلية ، ولكن المتقاضين والقضاة سئموا من الإزعاج . فبعدما قامت المرأة باثنتى عشرة رحلة إلى المحكمة من أجل قرار يمنع زوجها السابق من تهديدها بالسلاح ، حصل الزوج على صفعة على معصمه ، أو المرأة على إنذار من القاضى بأن لا تزعج المحكمة مرة أخرى » .

فى مجرى هذه القضية أمل عدلى أن يعمل القضاة والمتقاضون عند عدم حماية الضحايا فى العنف العائلى أن تحال قضاياهم إلى المحاكم العليا ، هؤلاء القضاة والمتقاضون الذين يعجزون عن فرض القانون بالتساوى بين الرجال والنساء سيكونون عندئذ خاضعين للمحاكم العليا . وذلك فى محاولات للاجتهاد قد ينتج عنه : الغرامات والسجن .

أحد الذين أرادوا أن يروا نجاح مساعى وجهود عدلى كان عاطف ، الابن ففى ١٩٨٦ . كانت شقيقته ماجدة ، عمرها ٢٣ سنة وهى قد ظهرت أمام القاضى إسماعيل . لتبرهن أن زوجها طارق ، جرجرها فى المنزل ، وضربها ، وحاول خنقها، فتوجه القاضى إسماعيل إلى طارق ـ والقضاة يتداولون بوضوح بأن عليهم تجنب الدخول فى النزاعات العائلية ـ وقال له: «إذا أردتما مضايقة بعضكما ، حسن ، ولكن يجب ألا يتم ذلك على نفقة دافعى الضرائب ، وأضاف ـ مسيئاً لسلك القضاء ـ كلمات إلى ماجدة يوبخها فيها على تضييعها وقته ـ ثم تابع تأنيب أولئك الذين ظهروا أمامه لمصلحتها وأبلغوا الشرطة عن اكتشاف ثيابها الممزقة فى الشقة حيث هوجمت بقوله : « أعتقد أنكم مغفلون فى هذه القضية » ، وأخيراً أصدر قرار الحماية ولكن ليس قبل إعلان العقوبة أمام المحكمة .

بعد خمسة أشهر ، وبعد مصالحة قصيرة ، عاش فيها طارق مع ماجدة انتظرها فى سيارته قرب موقف الأتوبيس ، قرب منزل والدتها عديلة ، التى كانت تنتظر ابنتها هناك (كان الجو مظلماً ولم تشاهد سيارة طارق) فور نزول ماجدة من الأتوبيس قفز طارق من سيارته ورمى رشة من مسحوق فى وجه عديلة ، وأطلق النار على معدة ماجدة وجرها إلى سيارته وهى غائبة عن الوعى ، ثم طعنها بسكين عدة مرات ، وبعد ذلك خنقها ورمى جثتها فى أحد المستنقعات فى المدينة . إنه الآن ينفّذ حكماً بالسجن مدى الحياة .

القاضى إسماعيل تعرض فى حينه إلى حملة من زملائه القضاة حيث وصفوا تصرفه بالخشونة ، وعدم اللياقة ، والعدائية والتهكم على ماجدة .

دعنا نفترض أن ماجدة عاشت ـ وأن القاضى الذى طلبت منه الحماية أخذ قضيتها بجدية ـ ودعنا نفترض أن صفية عاشت أيضاً وأن القاضى الذى نظر فى قضيتها جلب زوجها السابق بسرعة للمحاكمة ـ ودعنا نفترض أيضاً أن كل النظام يعمل ، وأن المعتدى على الزوجة يحاكم ويرسل إلى السجن قبل أن يشبع نزوته للانتقام .

هل تكون الزوجة آمنة فى هذه الحالة؟

زينات ، عمرها تسع وعشرون سنة ، لم تفكر هكذا ، حتى مع زوجها السابق شهاب ، الموجود فى السجن ، وهى لا تزال تعيش فى خوف دائم بأن زوجها سيجد طريقة لكى ينفّذ تهديداته ويقتلها .

كان شهاب يعتدى على زينات بانتظام خلال السنوات السبع من زواجهما . وأخيراً ، فى سنة ١٩٨٤ طلبت زينات الطلاق من شهاب وهى مصممة أن تتخلّص من الحياة التعيسة معه . لقد فعلت كل شئ استطاعته لتحمى نفسها ، وتحمى ابنتيها هدى عمرها الآن عشر سنوات ، وعنبر ست سنوات، من شهاب . حصلت على أوامر حماية منه ، حتى أنها استأجرت حارساً خاصاً لحمايتها ، ومرافقتها . ولكن من فترة لفترة كان شهاب يتمكن من اللحاق بها ، والاعتداء عليها ، ثم يذهب إلى السجن ، ويطلق سراحه بكفالة ، ويبدأ من جديد . عام ١٩٨٧ خطف شهاب البنتين وابتعد بهما قبل أن يلقى القبض عليه . وبعد توقيفه أطلق سراحه بكفالة ، وبسبب شكوى تقدمت بها زينات ضده ضربها واغتصبها لكى تسقط عنه الدعوى والنفقات ، وأخيرا أدين شهاب وحكم عليه بالسجن سبع سنوات .

عندما أصبح شهاب خلف القضبان بدأت زينات تستشير نساء أخريات اعتدى عليهن ، لم يعد يبدو عليها الضرب ، بل أصبحت واثقة من نفسها وقوتها . كان من المحتمل أن يطلق سراح شهاب بعد عام ، بسند إقامة ووثيقة تعهد ، ولذلك

خططت زينات أن تغير هويتها وتنتقل إلى مدينة جديدة ، فى حال أعطى هذا التعهد ، ولكنها كانت لا تزال قلقة من أن شهاب سيجد طريقه إليها ، وإنها مخاوف لم تكن بدون أساس .

فى هذا السجن ثلاثة برامج للاستراحة فى السجن . حرم شهاب من اثنين منها لأن حكمه يزيد عن السنة . فى هذين البرنامجين يعطى السجين فرصة لمدة ٤٨ ساعة عندما يكون ماهراً فى مهنة معينة . القصد من ذلك البرنامج كان لكى ينجز السجناء خدمات عامة كإصلاح منازل الفقراء . كان شهاب سمكرياً وهذا ما يطلبه العديدون من ضبّاط السجن . ولكن حقائق أخرى عنه (مثل تعطُّشه لدم زوجته) ضاعت فى الأعمال الكتابية على الورق .

طلبت زينات بإلحاح بواسطة الهاتف والرسائل إلى ضباط السجن أن يُعْلموها عندما يتقرّر إطلاق سراح شهاب . حتى ولو كان ذلك بصورة مؤقتة . وقد أكدوا لها أنهم سيفعلون ذلك . ولكن فى ١٤ مايو ١٩٨٨ منح شهاب أجازة لمدة ثمانى ساعات. (لم ينبه أحد زينات بذلك) وذهب مباشرة إلى منزل زينات ، ومن هناك طاردها إلى الشارع ، وبالقرب من الجيران المذعورين ضربها بهراوة ، ثم أطلق عليها النار ، وهى واقفة أمام باب أحد الجيران تستجير به .

سببت هذه القضية ضجّة . حاكم السجن ، أوقف برنامج الأذونات الذى استفاد منه شهاب ، وأمر بالتحقيق فى القضية ، وحمل الضابطين المسؤولين عن السجن كامل المسؤولية عن إطلاق شهاب . وقد أرسلت عرائض عامة للحماية من العنف العائلى ، وزعت من قبل أقارب زينات وأصدقائها . وقد ربطوا أشرطة زرقاء ليتذكروا زينات لأنها كانت تحب اللون الأزرق ، كما علقت على السيارات والأشجار بمثابة مبادرات خاصة لرفع الوعى والتنوير فى قضايا العنف العائلى .

* هــل يمكــن إيقــاف جــرائم القــتل هــذه؟

عدة فعاليات ومراقبين مرموقين يريدون أن يبذلوا المزيد من الجهد لرفع الوعى بين الناس . إنهم يفتشون عن نوع الإصلاحات التى تثقف السلطات وتقوى القانون .

زينات عرفت كم كان زوجها السابق خطراً ، ومع ذلك لم يأخذ أحد تحذيراتها بجدية كافية» هذا ما يقوله علوى . مدير المركز الوطنى لحماية النساء المضطهدات يجب أن تساعد المجتمعات النساء للتخلّص من الاضطهاد وعلينا أن نتعلّم كيف نميّز أى الأزواج ، والأزواج السابقين الذين من المحتمل أن يرتكبوا جرائم قتل .

«ليست المسألة مسألة تحديد هؤلاء الرجال ، ولكن معرفة متى يمكن أن يرتكب هؤلاء جرائمهم» يقول سعيد محامى عائلة صفية ويضيف : « ليس من غير العادى لقاتل زوجته أن يضرب ضربته قبل موعد المحاكمة ، فكأنه يفكر بأنها ستتابع المحاكمة ضدّه ، وإذا استطعنا أن نبرهن أن القضية ستكون هكذا ، يمكننا عند ذلك أن نستدعى الشرطة لتؤمن حرساً مسلحاً خارج بيوت هؤلاء النسوة خلال هذه الأوقات العصيبة » .

يوجد حلول أخرى ممكنة أيضاً . فى دولوت ـ ميناسوتا مثلاً ، برنامج عمره تسع سنوات يسمّى : «مشروع التدخل فى حال التعدّى على المرأة » وهو موجه ضد الأزواج الذين يعتدون على زوجاتهم ، إذا ثبت أن المعتدى الموقوف مذنباً ، يمكن أن يسجن سنة ، يدرس خلالها مادة تتعلق بإسداء النصائح له أثناء هذه الفترة لا يسمح له أن يعيش مع المرأة التى أساء إليها وهى أيضاً تأخذ النصائح والدعم .

هذا التدخل الكلى من أجل الضحايا ، يعتبر حاسماً لإيقاف المعتدين والعنف العائلى عندما يبدأ . ولكن معظم السلطات توافق بأنه يجب أن نذهب إلى أبعد من ذلك . بنظر مارى ورنر مساعدة المدعى العام لدى محكمة نيويورك كما تقول : «الوقاية مهمة كالعلاج . ويجب أن نعلّم القرارات المضادة فى مدارسنا . يجب أن نوقف العنف على التلفزيون . يجب أن نعلّم الصبيان الصغار بأنه يمكنهم أن

يكونوا رجالاً بدون «قتال» وبدون «سيطرة» على الآخرين ويجب أن نعلّم البنات الصغار إنه أهم لهن بكثير أن يكنّ قويات من أن يكن جميلات .

أثناء ذلك نجوى ، الزوجة المعتدى عليها التى سجن زوجها السابق يمكن أن يطلق سراحه خلال ثلاث سنوات ، وتبقى فى منزلها تخطّط لمستقبلها وتقول : « ابنى وأنا سوف نذهب إلى تحت الأرض قبل أن يطلق سراح شريف ، سوف أغيّر اسمى ، وأحصل على رقم ضمان جديد . علينا أن ننتقل إلى مدينة جديدة ـ وربما محافظة جديدة ـ وقد نضطر إلى قطع صلتنا بكل أصدقائنا وأهلنا . سوف نتعلّم حفظ الأسرار . لنبقى ننظر من فوق أكتافنا » . صمتت لفترة ، ثم تابعت «مراد ، هو اسم ابنى» أليس هذا اسماً جميلاً ؟ وتنهدت : «أعتقد أننا سنغير ذلك أيضا» .

****

كيف تتعرفين على الرجل الضارب ؟

أمِنْ المحتمل أن يضربك زوجك؟

إنه يتخطى المحظور من ضربك مرة وأول ضربة تمهد للثانية وتسهل الثالثة .

«أول ما التقيت بالرجل الذى أصبح زوجى، بدا لى فى غاية اللطف والطِّيبة» .

واستطردت **مروة** تقول بعد فينة صمت : « كنت فى التاسعة عشرة ، وكان فى الثالثة والعشرين ، لهذا شعرت بأنه خبير بالناس والحياة ، ومتفوّق علىّ . ومرّت أول سنة من زواجنا بسلام ، فأنا لم أفطن إلى نزعته فى إهانتى بكلام القدح والتحقير . ولكنى بعد ذلك أظهرت تقدماً كبيراً فى عملى ، وأظهر هو عنفاً متزايداً وتمثل الرعب فى السنوات الخمس التالية ... ضربنى دائماً بلا شفقة ، ضربنى حتى شلّ الخوف شعورى ، وحتى أخذت أعزو سبب لكمة أتلقاها إلى عجزى عن التكيُّف مع الألم البدنى والعاطفى » .

مروة أسوة بالكثيرات كانت ضحية عدوان زوجها وقسوته . وتمخضت هذه السنون عن فزع هائل كاد يفقدها عقلها ، ولكنها أنقذت حياتها ومستقبلها فى اللحظة الأخيرة ، فانفصلت عنه ، وتبع الانفصال طلاق .

حدث من أربعة ترغم المرأة على الهرب : وحشية الزوج المفاجئة وتصعيده لعنفه ، فترى الزوجة أن حياتها مهدَّدة .

تعرض الأولاد للأذى ، فهو طفق يضربهم ويعذبهم كما ضرب أمهم وعذّبها .

إدراك الزوجة أنها قد تقدم على قتل زوجها ... عثورها على مكان أمين تلجأ إليه .

مروة برّح بها الألم النفسى والجسدى . فقد تمادى زوجها فى غيّه ، فارتكب صنوفاً من التنكيل قلّما يلجأ إليها رجل فى رأسه عقل . حتى أنها قالت والهة

متأوهة : « أخيراً أدركت أني سئمت الموت يوماً بعد يوم ، فاتخذت القرار بالمجازفة والفرار ، وإلا فالموت الحقيقي هو الخيار .

ولم أفز بأربى إلا بعد ستة أسابيع ـ كان خوفى منه شديداً ، وقد اتخذت الخطوات اللازمة بكل حذر واحتراس ـ تدبّرت أمر المال ، واشتريت شقة ، واتفقت سراً مَع مكتب النقليات . وكان زوجى قد هدّد بقتلى وقتل طفلى إن سوّلت لى نفسى مبارحة المنزل إلى غير رجعة . ولهذا لم أجد مناصاً من إجراء الاتصال بالشرطة ، وفعلت هذا زاعمة أنى رأيت رجلاً يتهدّد امرأة بمسدس فى الطريق . ثم اتصلت بزوجى قائلة : «أنت تريد أن تعرف متى أرحل ، فاعلم إنى راحلة الآن » . وقّـتُّ كل شئ بمهارة ، فجاء رجال الأمن ، وجاء الحمّالون ، وجاء زوجى ، فأسقط فى يده ، ووقف مشدوهاً مبهوتاً عاجزاً ! .

وسرعان ما عرف زوجى مكان إقامتى ، ولكنى زعمت له أنى أحطت الشرطة علماً بأفعاله ، كانت كذبة ، ولكنها فعلت مفعولها فيه فأيقن أن أى اعتداء يقدم عليه يضعه فى مواجهة مع القانون .

نجت مروة أخيراً من شقائها . ولكن هل كان فى إمكانها تجنب الكارثة قبل وقوعها؟ هل بدر منه ما يعتبر إشارة إنذار؟ قالت فى هذا الخصوص : « لم ألحظ شيئاً . أو بالأحرى لم آبه لاستخفافه بى وبذكائى ، وكان يعيرّنى بالبلاهة والخرق . أما الآن فقد عرفت أن الضرب يبدأ بالكلام » .

الضرب لا ينحصر فى فئة دون أخرى ، فبين جميع الطبقات نجده ، فهو طبع بدائى فى أنواع من الرجال الوحشية الفطرية ، أو غريزة التّسيُّد والضرب سبب أول فى ما يصيب النساء من أعطال وأعطاب ، وحوادثه تزيد على حوادث السيارات والسرقات التى يتعرضن لها . وهذه الظاهرة المتفشية شغلت تفكير علماء الاجتماع.

ولعلّ إغفال النساء لعلامات الإنذار تساهم فى ما يصيبهن من أذى . بيد أن الضارب لا يظهر أحياناً العوارض المنذرة . وقد يظهر بعضها ، ولكنه يمتنع عن

ضرب زوجته . لهذه الأسباب لم تتضمن لائحة الإنذارات إلا ما تجلى من العوارض المهددة .

هذه العلامات مؤشرات إلى خطر كامن فى أعماق الرجل ، ومتى لاحظتها الزوجة يجب أن تأخذ حذرها ، وتراقب تصرفات زوجها وما يرافقها أو يتلوها من تطورات .

وهذه «إشارات الإنذار» الرئيسية . هذه إشارات نسردها فلعلها تقيك من التفجر الذى يحدث على حين غرّة .

* هل سبق أن ضربك ؟

إن ضربك مرّة ، ضربك مرّة ثانية ، وهذا يصعب تصديقه خاصة إذا أظهر الرجل حزناً وندماً بعد اعتدائه . ولكن الضرب والندم ومن ثمّ الضرب من جديد نمط متكرر إلى ما لا نهاية ، حتى أن الخبراء أطلقوا على هذا النمط اسم «دورة العنف» .

ومهما أسرف الرجل فى إظهار أسفه وندمه ، مهما بكى وذرف الدموع ، ووعد بالتوبة ، فإنه متى ضربك مرّة يكون اعتداؤه تخطياً للمحظور ، يسهل بعده تكرار الاعتداء . قد لا يضربك مرّة ثانية إلا بعد سنين . ولكن المنتظر كما دلّت البحوث أن يعيد الكرة . وجدير بالمرأة أن تعير الأهمية لما يحدث ، حتى لو اقتصر الضرب على صفعة ، ألا تعجّل فى الصفح والنسيان ، أن تقنع زوجها باستشارة خبير إن كانت العادة فى محيطها اللجوء إلى علماء النفس ، فى حالات انطلاق شيطان الزوج من قمقمه .

كثيراً ما تطمئن المرأة نفسها بقولها : « لن يفعل ما فعله مرة أخرى ، فما فعله كان زيغاً ، فقد أعصابه ، وإن أظهرتُ له الودّ والحب ، ولبيت طلباته وأطعت أوامره ، فلن تحدّثه نفسه بمهاجمتى » .

ولكن الأمل فى درء خطر العنف باللين والعطف ، هو مجرد وهم ، فضربه لك

لا يكون لجريرة : إنها مشكلة ، وليس فى وسعك أن تصلحى من شأنه ، فهو مريض ، وينبغى لك بعد الاعتداء الأول أن تتصلى بالشرطة إن كان الضرر بالغاً ، أو تغادرى البيت ليعلم أنك لن تعايشيه إن أظهر ميلاً إلى الاعتداء من جديد . أما إذا تكرّر ضربه لك ، فنمطه يكون قد ترسّخ فى أعماقه ، ويستحيل تغييره .

* هل اتفق أن ضرب غيرك ؟

أحياناً يكون للضارب نمط من العنف تنزو به نفسه فيضرب متى سنحت الفرصة أى امرأة حتى لو لم تكن زوجته . إن هو تبجّح باعتدائه ضرباً على امرأة فهذا إنذار يقصيك عنه . إن سمعت أنه ضرب امرأة ، وواجهته بما سمعت ، فإنه يضع اللوم عليها ويبرر فعلته فيقول : « كانت مخبولة أرغمتنى على ضربها ، وهذا لن يحدث معك! » حتى لو كان فى قوله شئ من الصدق ، ولا يكون فى الغالب ، لأن الضارب يلوم الضحية دائماً ، يبقى الواقع قائماً ، وهو أن هذا الرجل يتخطّى المحظور ، والمحظور ضرب امرأة . ومن يضرب امرأة يعتبر خطراً يتهدّد كل امرأة ، سواء أكانت زوجته أم شقيقته .

* ماذا يفعل عندما يغضب ؟

هل يطبق أصابعه فى قبضته لأدنى استفزاز؟ هل يتكلم عن غضبه ، أو ينكره؟ إذا تحكم فى أعصابه وابتعد ليسكن غضبه ، فهذا حسن ، ولكن إن هدّدك بالضرب ، أو حطّم الأشياء ، أو لثم الحائط ، مهما كان الخلاف تافهاً ، فهذا يبين عجزاً فى كبح جماح غضبه ، والخطر يكمن فى العجز .

هل يعامل الحيوان بقسوة ، أو يتصرف بعنف وفظاظة مع رجال آخرين؟ يجب أن تنتبه المرأة لأى علامة تدلُّ على أنه يرى فى العنف مركباً يحمله إلى مركز السلطة .

كيف يعالج أموراً تُحدِث الضغط؟ ماذا يفعل إن لم يجد موقفاً لسيارته؟ أو إن تأخرت عن المجئ؟ هل يثور دائماً فيبدأ فى ضرب الحائط أو أى شئ آخر ، وهو

يصخب ويضجّ ، هذه تصرفات متطرفة ، تدلّ على ارتمائه السريع فى حضن الغضب ، وتهيجه السريع ، وعنفه الشديد ، انصياعه دون مقاومة إلى نداء البدائية .

اسألى نفسك عند ذلك إن كنت تخافين وتفزعين ، فالخوف معناه أنه يتهددك بطريقة أو بأخرى ، وأنك لم تفطنى إلى ذلك . فهل تمكثين مع رجل تتوقعين الشرّ منه والأذى ؟ .

* هل يحاول إبقاؤك وإبقاء حياتك تحت سيطرته المطلقة؟

الحافز الأكبر للضرب هو نزعة السيطرة والتحكم . وتكون السيطرة علنية صريحة ، أو رقيقة ماكرة . السيطرة العلنية معناها الإخضاع بالقوة المصحوبة بالتهديد . فالرجل يحاول التحكم فى طريقة لبسك ، وفى اختيار صديقة لك ، وفى إنفاقك المال ، وقد يتصل بك مراراً كل يوم ليسألك عما فعلته وقمت به خلال غيابه ، ويعاملك كطفلة ضعيفة عاجزة عن تصريف شؤونها هذا النوع من السيطرة يكشف عن حقيقته بسهولة لأنه سرعان ما يتحول إلى استبداد .

أما السيطرة الرقيقة الماكرة فتتمثل فى ما يبدى من رقة وعناية مفرطين ، ينقلك بسيارته إلى أى مكان تريدين . يسخو عليك بالمال ، يتولى اتخاذ القرارات نيابة عنك إلى أن يصبح استقلالك مقيداً بمشيئته ، أو ملغوماً بإرادته . وتكون المرأة المتألمة من كارثة منيت بها مستعدة للوقوع فى الفخ ، فهى أحوج ما يكون إلى عناية الغير ، ورأفة الغير ، ولاسيما متى كان هذا الغير رجلاً مستجيباً يفعل ما تطلبه ، وربما ما لا تطلبه .

لا بأس بقدر من المساعدة والعناية ، ولكن إن غلا وتمادى إلى حدّ الإفراط فى إسداء العون ، فالمرأة تفقد كيانها ... تفقد الحق فى التقرير ، وإذا رفض الكفّ عن هذا التصرف متى طالبته بذلك ، أو إن ازداد شعورك بالعجز عن تدبير أمور حياتك ، فاحذرى ، فأنت تقتربين دون وعى من المأساة المنبسطة الذراعين لتلقفك.

* هـل يحـاول فـرض العـزلة عليـك؟

إحدى الطرق التى يلجأ إليها الضارب فى محاولة السيطرة عليك ، هى عزلك عن صديقاتك وأسرتك ، وإذا لم يرغب فى الخروج معك ، ولكنه يرغمك على المكوث فى البيت بصورة دائمة ، فعمله هذا إشارة خطر أيضاً .

* هــل غـيرتـه مرضـيــة ؟

فى البدء تخدعك غيرته المفرطة المجبولة بالشك والارتياب ، ولكن عندما يتعذّر لقاؤك بصديقة ، أو إجراؤك لمكالمة هاتفية ، أو الخروج فى جولة ، دون أن يتبعك ، أو يستجوبك أو يثير ضجة ، تغدو غيرته نقمة ، بل تغدو غيرة مفزعة .

* هـل يلومك دائـماً على مشـاكله؟ هـل يلـوم سـواك؟

لا يعترف الضارب أبداً بمسؤولية عن عنفه أو عن أى معضلة أخرى . فكل مشكلة تقع يكون غيره سببها ، أنت عادة ... أنت الملومة ، وأنت العلّة والمرض . وينكر ويتنـصل بمختلف الطـرق والذرائع . وإن أنت ذكـرت غيـرته مثلاً ، أنكر ذلك ، وإن ضربك فقلت أنك متألمة ، أنكر ذلك أيضاً .

ويقول الضارب : « فقدت سيطرتى على أعصابى .... أُفْـلِتَ زمامى من يدى » هذا العجز عن تحـمل مسـؤوليته وما يجرّه عنفه من آلام ومصائب يجعل من المستحيل البحث معه فى المشاكل ، وكل محاولة لإخماد نار النزاع تبوء بالفشل.

* كيـف يتـفاعـل مـع نجـاحـك ؟

يمتعض الضارب ويستاء إذا كان النجاح حليفك فى حياتك العملية ، فلا تسره ترقيـة ظفرت بها ، أو علاوة أضيـفت إلى راتبك ، الغيـرة طبيعـية متى كـانت محصورة فى نطاق ضيّق مقبول . ولكن إن تصرف تصرف مَنْ تتهـدّده مصـيبة ، أو غضب غضباً تنذلع نيرانه وتتأجج ، ولم يظهر أقلّ شعور بالرضا ، أو بالإعجاب ،

فاحترسى . فالرجل المتشبث بالمعتقدات التقليدية المتمسك بفكرة تفوُّق الرجل على المرأة ، ويكون أدنى درجة من امرأته ، أو حتى فى منزلة مساوية فى الوضع الاجتماعى الاقتصادى ترجح كفة العنف فيه ، فلا يتورع عن ضرب زوجته .

قد يشق عليه تقبُّل نجاحك لأن تقديره لنفسه ضئيل . ومتى سئل عمّا يجده ملائماً ومحموداً فى نفسه وشخصه ، صمت ولم يجب ، لأنه قلّما يجد شيئاً يفتخر به .

* ما صفات أسرته ؟

الضارب ينتمى غالباً إلى أسرة يغلب على أفرادها العنف . ليس كلهم متحدّرين من بيوت يسود فيها الكلام الرذل الاعتسافى ، ولكن الرجل الذى ينقلب إلى الاستعانة بالضرب ينتمى عادة إلى هذه العائلات . والصبى الذى يعتدى على الصبيان رفاقه ، بدأ اعتداءه بالكلام الفاحش ثم أتبعه بالضرب . والمرأة الرشيدة تراقب تصرف الرجل مع أمّه وأخواته لتأخذ العبرة وتكون الصورة عن تصرفه معها ، ومعاملتها لها .

قد تشفقين عليه إن اكتسب عادة التحقير من بيت أبويه ، ولكن الحذر أولى . وإن هو استطاع الحديث عن أسرته وتأثيرها فيه ، ومنهجه المتوقف أشد سوءاً .

* الخمر والعنف صنوان

« ارتكبت فعلتى فى حالة طيش ونزق ، بعد شرب » ، عذر كثُر ما يتذرع به الضارب . فتقتنع المرأة وتصدّق ، غير أن معالجة إثمه فى شرب الخمر لا يعالج إثمه فى ضرب امرأته . فهو محتاج إلى علاج يتناول المرضين . بعض الرجال يشربون تمهيداً لضرب زوجاتهم ، ويزعمون أنهم عمدوا إلى الضرب بتأثير الخمر ، بينما هم يشربون كى ينحوا باللوم على شئ غير نفوسهم .

* أقــادر على التشـديد والتــأكيــد ؟

عجز الضارب عن اعتبار سواه عامل أساسى فى حفزه إلى الضرب . قد يكون بارعاً فى التعبير عن الرقة والرأفة ، عن إبداء الشفقة ، عن الشعور معك فى وقت الشدة ساعة تثور المشاكل ، فأنت فى شدتك مستضعفة ، وهو ما يبغيه ، ولكنه يختلف إن فكر بنوع شعوره لو كان فى مكانك . فالضارب صفته التركيز على ذاته تركيزاً فيه إسراف ومبالغة ، أو حافزه الرغبة فى توجيه أبويه والسيطرة عليهما . وهذه صفة يشق تبديلها ، أو تحويلها .

* شخصـــية الإنــسانيــة والحيــوانيـــة ؟

الضـارب قـادر عـمـوماً على التحويل من رجل دمث مـهـذب إلى آخر صفـاته القسوة وإلحاق الأذى بالغير . فى دقيقة يظهر التهذيب والأخلاق الحسنة ، وفى دقيقة تليها يكون كل شئ فيه محمّـلاً بالتهديد والوعيد .

والضارب قد يكون رقيقاً مع الجميع إلا مع زوجته . فلا يُصَدِّق أحد أنه اعتدى عليـهـا ، ويكون فى الواقع قـد عـاجلهـا بالضـرب لأقل خـلاف ، أو لأى مـوقف معارض تتخذه الزوجة . شخصية مزدوجة . كشخصية الدكتور جيكل والمستر هايد ... جيكل طبيب يخدم الغريب والقريب . وهايد الشخصية الشقيقة تعتدى على الغريب والقريب والتبدل فى الشخصية إنذار للمرأة يقرع ناقوسه باستمرار .

* هــل يعــبِّــر عــن نفســه بــوضــوح ؟

لا يتسنى للضارب ، كل ضارب ، أن يكون على اتصال وتفاهم مع أى إنسان، خاصة مع امرأته التى درج على صبٍّ جام غضبه عليها . لا يتسنى له الحديث عن مشاكله ، وكثيراً ما يعتبر غضبه حزناً ، وهكذا يحـول المـواجهة العاطفية إلى معركة ، يخلط بين الأسباب ، ويخلط بين الأفعال ، ويجد نفسه فى دوّامة لا تفتأ تلتف حول نفسها وتحمله معها ، ولا يكون لمـرضه عـلاج ، ولا يـكون شـفاء إلا بالعقوبات القانونية ، وبإرغامه على الخضوع لعلاج نفسى خاص ينتزع ما يخالجه من رغبات دنيئة بطرق شتى يتقنها المعالج .

العيش مع رجل غيور يحول حياتك إلى جحيم

« إنه يريد معرفة ما تفعليه فى كل دقيقة لا تكونان خلالها معاً . وتساوره الشكوك فى كل رجل تلتقينه ، ولا يبدو أنه يثق بك أنت الأخرى . هل هذه إشارة إلى الحب أم إلى شئ أخر ؟ ... » .

بينما الباص منطلق فى طريق العودة من نادى التنس الواقع على الشاطئ الرملى إلى الباخرة السياحية على رصيف الميناء ، خيم الصمت فجأة على إبراهيم ابن الثامنة والثلاثين وبدأ شارداً وراء أفكاره . فغاص قلب ناهد فى مكانه . لم تمر على إجازتهما التى يقضيانها فى البحر الكاريبى إلا ثلاثة أيام مرت بهما جميلة جداً وأشبه بشهر عسل يعيشانه للمرة الثانية . ولكن ناهد الآن تتذكر انفجار الغيرة الذى شوّه شهر عسلهما الأول منذ ثلاث عشرة سنة : أراد مرشد السائحين تهنئة العروس ناهد بالقبلة المعتادة ، فمنعه إبراهيم من ذلك وكاد يقرصه حتى لا يفعل .

لم يتفوه إبراهيم بكلمة إلى حين انفردا فى مقصورتهما . عند ذلك انفجر فيها قائلاً : «كنت تشجعين ذلك الرجل إذن .. أليس كذلك؟ »

* أى رجل هذا الذى تتحدث عنه؟

قالتها ناهد وهى تقلب أحداث النهار فى أفكارها بحثاً عن الرجل الذى يعنيه زوجها بهذا الاتهام . ربما يعنى ذلك الشاب الذى شاركها لعبة التنس فى النادى . لقد حدقت فى زوجها إبراهيم بعصبية بينما الشاب المذكور يضع كفه على كفها فوق مقبض الراكيت ليعلمها كيف تمسه جيداً ، ولكن لم يبد على إبراهيم أنه كان يبالى بذلك حينذاك .

كان إبراهيم يجيبها من خلال أسنان تشد على بعضها بعضاً : ذلك الرجل فى الباص .... تعريفينه بالطبع .. ذلك الذى كان يجاورك على المقعد .

تذكرت ناهد كالخيال شخصاً كان يجلس على المقعد إلى جوارها ، وهو رجل مازحها لدقيقة أو دقيقتين . فقالت : يالله! ، هل هـذا الذى تعـنيه ، وهـو الذى لا أذكر حتى مظهره؟ .

ـ لا تكذبى علىّ ... لقد رأيتك كيف ثابرت تنظرين إليه .

فانفجرت فيه : بل كنت أنظر من تلك النافذة الملعونة .

أطلعتنى ناهد على هذه القصة وأنا معها فى المطبخ المشمس ثم تابعت تقول : لقد مررنا بهكذا مشاحنات مرات ومرات متعددة من قبل ، ولكن لسبب ما كانت هذه وهى القشة التى قصفت ظهر الجمل . لم أعد أستطيع احتمال اتهامات لا محل لها من الصحة على الإطلاق ، فصرخت فيه قائلة له « أنت ترتاب إلى حد يتجاوز كل شئ ... فإذا لم تثق بى حتى الآن ، فمن الأفضل لنا أن نحصل على الطلاق » . فإذا به يصرخ بى هو الآخر : « أعرف ما أنت فى بصدده ، ويمكنك الحصول على الطلاق متى تشائين » على أننى لم أطلب الطلاق طبعاً ، ولم يلبث إبراهيم أن اعتذر . إلا أن أجازتنا انعطبت ، كما أن زواجنا ... بات على المحك .

ناهد هذه تعرف معنى العيش مع رجل غيور . أما **شريف** ، زوج سـوزان ، وهو فى الواحـدة والخمـسين من عـمره ، فليس غيـوراً من رجـال آخرين على وجه الخصوص ، واقعيين أو خياليين ، بل يشعر بالغيرة من أى كان وأى شئ يحصل على حصة من انتباه سوزان واهتمامها : وظيفتها ، صديقاتها ، بل والكتاب الذى تقرأه قالت : «عندما كان ولدانا صغيرين ، وأنا ملازمة البيت معهما ، لم تكن هناك أية مشكلة ، لأنه لم تكن لى حياة معزولة خاصة بى ، كان شريف والولدان هم حياتى . ولم أشعر بالندم من ذلك كما هى حال بعض النساء . ولكننى الآن لدى من الوقت والطاقة ما أستطيع معه الاندفاع وراء اهتمامات شخصية . فعثرت على وظيفة أحبها ، وحصلت على صديقات جدد . ومع ذلك ما زلت أقضى كل فرصة أسبوعية وكل أمسية تقريباً مع زوجى . ولكن يبقى أن هذا ليس كافياً على ما يبدو » .

يتصل شريف بها هاتفياً فى مكان عملها ثلاث أو أربع مرات يومياً ، حيث يذكرها بجلب الثياب من المصبغة أو شراء السمك للعشاء . يتوقع منها أن تعود إلى البيت مباشرة من مكان العمل كل يوم ، فإذا كانت مضطرة لأن تتأخر ، عليها أن تتصل به وتبرر سبب تأخرها ، وفى النهاية وجدت نفسها وهى تكذب عليه قليلاً ، لمجرد أن الكذب أسهل من الشرح والتبرير ، كأن تعتذر بضرورة إنجاز بعض الأعمال الوظيفية بعد الدوام ، بينما هى تتناول فنجان قهوة عند إحدى زميلاتها فى حقيقة الأمر . ذلك أن شريف لا يكف عن انتقاد زميلاتها والشك بهن « «صديقتك هذه لا تسمعين منها إلا الحديث والحديث والحديث عن متاعبها . كأنها تأكلك حية هكذا ..» .

ولكن من «يأكلها حية» ، كما تشعر سوزان ، هو شريف بالذات . «ذلك أنه يحادثنى ولو رأى فى يدى كتاباً أطالعه ، متجاهلاً تماماً أننى أقرأ ، ويجن جنونه إذا لم أتجاوب مع حديثه . كأنه يقول لى هكذا أن له الحق كل الحق فى استثمار اهتمامى بكامله » . واضح أن شريف هو نوع آخر من الرجل الغيور .

ليست الغيرة بظاهرة جديدة أبداً ، ولكن ما هو جديد أن النساء تزددن استقلالية ، مما يمكن ترجمته بمزيد من الغيرة الجنسية ، وخصوصاً ذلك النوع الذى يظهره شريف ، والذى هو أوسع مجالاً ويتسلل إلى كل شئ . وعلى النساء بطريقة ما أن تتقبلن الحقيقة القائلة أن حريتهن الحديثة العهد ستبعث بمقدار من الغيرة يزيد عن ذلك الذى عرفته النساء وهن أكثر تقيداً بالبيت ولديهن عدد أقل من الاهتمامات خارجه .

لاشك أن شعورنا بالغيرة هو أمر عادى إذا حدث لمن نحب أن راح يداعب هذه وتلك فى احتفال ساهر ، أو تناول الغذاء مع حبيبة قديمة ، أو ذهب وحده فى رحلة عمل والسعادة عنوان ما يبدو عليه ، أو أنشأ علاقة مع امرأة أخرى . ذلك أن رغبة المرأة باقتصار نشاطات زوجها الجنسية عليها وحدها فقط هى مسألة مفهومة كلياً وطبيعية كلياً . كذلك هى حاجتنا للأفضلية العاطفية فى حياة أزواجنا ، أعنى التأكيد على أنه لا أحد ولا شئ هو أكثر أهمية منا عندهم . والرجل الذى تحل به

الغيرة تجاوباً مع أشياء موضوعية تثير الغضب ، ليس رجلاً غيوراً بالضرورة ، ولكن القصــة تختلف إذا بالغ كثيراً جداً وأكثر مما ينبغى فى ردود فعله تجاه ما يثير الغضب ، أو إذا كان يبحث عمداً عن الأسباب التى تثير غيرته ، فإذا لم يعثر على هذه الأسباب يتخيلها موجودة .

تدعو الأهمية إلى التمييز بين الغيرة النابعة من شغف بها ، ونظيرتها العادية أكثر والطبيعية أكثر ، لأن جميع الغيورين من الناس يبررون مشاعرهم باسم الحب . قد يقول شريف لصفية ، « لا أحتمل فكرة رجل آخر لا يفعل شيئاً سوى إنه ينظر إليك فقط ، وذلك لأننى أحبك للغاية » . وتصرفات ماهر تعنى قوله لها : « لو أحببتنى بقدر ما أحبك ستثابرين على التفكير بى وبحاجاتى فى كل لحظة من لحظات صحوك » . ولكن الحب لا يعبر عنه بكبت الحريات. بل رغم الخوف من زواله والرغبة بامتلاك المحبوب ، يبقى أن الحب معناه دعم حرية هذا المحبوب .

من هنا ، إذا كانت غيرة زوجك شديدة إلى الحد الذى يكفى لجعلك تشعرين بالاختناق أو القلق ، خائفة أن تمنعك القيود عن القيام بما تستطيعين عمله ، ليس معنى هذا إشارة إلى حبه . ومهما كان مقدار ما يكنّه لك من حب ربما ، يبقى أن غيرته تعبر عن شىء آخر .

حتى أعثر على ما قد يكونه هذا «الشئ الآخر» ، وما يشعر به الرجل الغيور بالفعل ، استشرت رجلين تقتصر نشاطاتهما على معالجة المتاعب النفسانية للرجال . إنهما الطبيب النفسانى الدكتور هيرب غولبرغ ، مؤلف كتاب «الذكر الجديد» The New Malc ، وهى دراسة عن الأعباء والميول والتوقعات المتناقضة عند الرجال فى ثقافتنا المتغيرة ؛ **وكين باسك** ، مستشار مؤسسة «انبعاث» Emerge ، التى تعمل فى المجال الاستشارى حول الرجال الذين يضربون زوجاتهم . إذ لما كان هناك احتمال بأن تأتى الغيرة على شكل عواطف يرافقها العنف ، حتى ولو لم تؤد إلى عَنف جسدى (وهى تفعل أحياناً) ، تأملت أن تستطيع مؤسسة «انبعاث» تزويدى ببعض المعلومات حول الدوافع خلف الغيرة الذكرية .

بـدأ الدكـتـور غـولدبرغ بالإشـارة إلى «المنطقـة الرمـادية» بين الغـيـرة المبـررة واللامبررة ، حيث قد تتواجد في حقيقة الأمر مثيرات غضب بسيطة لا متعمدة تأتي من الزوجة . قد لا تكون المرأة مقدمة على شئ مكشوف لبعث الغيرة في قلب زوجها ، ومع ذلك «قد يلتقط هذا إشارات يصعب إدراكها وتعني النبذ . قد يشعر أنها مهتمة فعلاً برجال آخرين ، أو أنها تنجرف مبتعدة عنه منسحبة من الناحية العاطفية ، وغالباً ما يكون الجزء من هذا الإدراك صحيحاً على الأقل » .

يقترح الدكتور غولدبرغ على زوجة الرجل الغيور أن تكون صادقة جداً مع نفسها . اسألي نفسك عما إذا كان هناك أي قدر من الصحة في ظن زوجك بأنك تنسحبين مبتعدة عنه . فإذا استطعت الإجابة «بلا» حقيقية ، تكون المشكلة مشكلة زوجك . أما إذا جاءت إجابتك «بنعم» . ربما يصبح السؤال التالي هو «لماذا ..؟» هل ثمّة مسألة عاطفية لَسْتِ مستعدة لمواجهتها . غضب من زوجك لا تعبرين عنه مثلاً ، أو عدم الرضا عن ناحية ما من نواحي ممارستكما للحب ..؟ إذا كان الحال كذلك ، فطلبه المتزايد للاقتصار صب اهتمامك عليه وحده ، أو شكّه الغاضب بأنك على علاقة مع رجل غيره . ربما يكون طريقته الملتوية المرتبكة للقول : « ما الذي تكتمينه عني؟ ... هل ما زلت متعلقة بحبي؟ ...»

بالنسبة لرجل في هكذا ظرف ، علمه بأن «سرك» هو عبارة عن تألم أو غضب موجه نحوه ، يستطيع أن يؤمن له الراحة في حقيقة الأمر . فالمشاعر السلبية من هذا القبيل هي جزء من الحب وإعطاء البرهان له ـ لو كنت لا مبالية ، لما حلت بك هذه المشاعر ـ وأيضاً تستطيع تلك المشاعر الإشارة إلى الطريقة نحو بعث النمو في زواجك . ذلك أن الصدق العاطفي ، رغم صعوبته ، كثيراً ما يعيد بعث الثقة وإذابة الغيرة .

أما إذا كنت مقتنعة بعدم وجود ما يثير الغضب ، تكون الغيرة حينذاك مشكلة زوجك ، أو مسألة عارضة إذا أردنا تعبيراً أدق . هناك مشكلة كامنة ، ربما تكون خطيرة إلى حد ما ، أو أن التعامل معها صعب . فالغيرة تشمل أعداداً كبيرة من الرغبات والحاجات والمخاوف الأخرى .

من أكثر الأمور المحيرة التى تستطيع الغيرة أن تشملها هى رغبة واحدنا الذاتية بتجارب جنسية خارج نطاق الزواج ، وعندما نرفض نزواتنا الجنسية ، أو لا نملك زمام إشباعها ، ربما ننسب رغباتنا المكبوتة إلى شركاء حياتنا من خلال ميكانيكية التحويل التصورى . بكلمات أخرى ، إذا شك زوجك بعلاقة لك مع رجل آخر أو رغبتك بهكذا علاقة ، ربما يكون شكه هذا نابعاً من مشاعر ذنب تعتريه لوجود رغبات من هذا القبيل عنده هو ، ولا يريد الاعتراف بوجودها . ليست هذه مشكلة كبيرة بالضرورة . ولكن هذه النزوة بحد ذاتها ، عندما يتحول زوجك وهو يشعر بالذنب ليصبها عليك أنت ، ستبدو أكثر إثارة للذعر عنده ، لزعمه أن معظم النساء لا تأخذن الجنس باستخفاف . فإذا تلاعبتى عليه ، ستكون المشكلة كبيرة ، وكذلك الغيرة بالتالى .

إذا استطاع هذا النوع من «الرجال الغيورين» ببساطة أن يدرك شهوة التلاعب والتجوال الجنسى عنده ، فقد تقل غيرته أو تختفى . لهذا السبب ذاته ، نجد أن تقديرك الصريح لرجل آخر حيناً بعد حين ، يستطيع إزالة كل من شكوكه ومشاعر ذنبه . إذا كان باستطاعة الزوجين كليهما أن يعتمدا الصدق ـ لا القسوة ـ حول وجود ما يدعو إلى الانجذاب وإثارة الفضول خارج نطاق علاقتهما الزوجية ، تفقد المسألة كلها بعضاً من طاقة التفجر فيها . أما كبت عوامل هذا الانجذاب وكتمه فباستطاعته مواجهتهما بمقدار من التهديد يفوق ما يأتى به التصريح عن وجود هذه العوامل بطريقة فكاهية مرحة .

فى إحدى الصبيحات الممطرة ، قبلت سلوى دعوة من أحد الجيران لإيصالها بسيارته إلى حيث تعمل . كان قد مر على زواجها من عادل حينذاك ٢١ سنة . وشاءت الصدف أن هذا الأخير كان واقفاً أمام النافذة يتطلع إلى زوجته وهى بانتظار الباص كالمعتاد ، فشاهدها تصعد إلى سيارة الجار . لذلك ، وما دخلت مكتبها ، حتى كان جرس الهاتف يقرع بعناد . كان المتكلم هو عادل الذى بادرها قائلاً : « حسناً ...لقد فهمت أنك تعملين على تركى إذاً » . احتاجت سلوى إلى فترة من الوقت لتفهم أنه رآها تصعد إلى سيارة الجار . وأقنعته بعد طول أخذ ورد أن ما

فعلته وفعله الجار كان سببه المطر لا غير ، وأنها بريئة مما خطر له كل البراءة . ولكن ، حدث فى تلك الليلة أن عادل كان مشحوناً بالعواطف الجياشة على غير ما هو معتاد منه فى الفراش .

يحدث حيناً بعد حين أن هذا النوع من ردود الفعل المعقدة والمبالغ فيها يستطيع أن ينبع من كون أحد الزوجين بالغ الثقة بالآخر . وأحياناً ، كما يقول الدكتور غولدبيرغ : « يعمد الرجل إلى إثارة محنة لجعل المرأة مرغوبة أكثر بالنسبة إليه » . (والنساء تفعلن ذلك أيضاً بالطبع) أضاف الدكتور غولدبيرغ : « ذلك أن فكرة وجود «طرف ثالث متضرر» أى تحدى المنافسة مع خصم ، مثير جداً من الناحية الجنسية » . يبدو على هذا النوع من الغيرة أنه غير مضر ، ولكنك قد تأخذينه كتلميحة منمقة تدفعك إلى جعل نفسك أكثر إثارة بوسائل أخرى : تمارسين الرياضة مثلاً لتحسين شكلك ، أو تدرسين مادة ما كتحدى لصعوبتها ، أو تعيدين النظر فى ثيابك والاهتمام بالثياب من جديد ؛ تعملين باختصار على طرد عامل الملل الجنسى من البيت .

قد تكون الغيرة كذلك طريقة الرجل المتخفية بقوله للمرأة الاتكالية أو الشديدة التسلط «كم أرغب لو تتعلقين برجل آخر حينذاك أستطيع أن أجد فسحة للتنفس دون أن تعترينى مشاعر الذنب بسببك» قد لا يريدك هذا الرجل فى حقيقة الأمر أن تنشئ علاقة مع آخر غيره ـ بل قد يتألم كثيراً لو حصل ذلك ـ ولكنه يريدك بالفعل أن تقفى على قدميك أكثر . من المحتمل أنه يشعر بمسؤولية بالغة نحوك ، أو يشعر أنه لا يستطيع أن يعيش حياته كما يرغب دون إلامك .

تكشف الغيرة عن نفسها فى بعض الأحيان من خلال موقف للرجل تراه المرأة ذا طرفين متناقضين . تقول : وفاء وهى فى الثلاثين من العمر : « عندما أخرج مع زوجى مراد ، يريدنى أن أرتدى أفخم ما عندى وأبدو جميلة ، ولكنه لا يلبث بعد ذلك أن تساوره الظنون بأن الرجال الآخرين يتوددون إلىّ . وعندما نمارس الحب فى الفراش ، لا يريدنى أن أستلقى مستسلمة كقطعة حطب ، ولكننى إذا شاركته النشاطات المعنية ، تساوره الشكوك بأننى شبقة جنسياً ، ويخاف من أننى قد

أتلاعب عليه مع آخرين سعياً وراء المزيد » .

تنبع غيرة مراد هذا من عقدة ذنب جنسية ذاتية . وهذا نموذجي من الرجل التقليدي الذي جرى تأهيله لينظر إلى رغباته الذاتية أنها «حيوانية» ، وأن يقسم جميع النساء إلى فئتين : نساء «جيدات» تتعالين عن الجنس ، ونساء «سيئات» ترغبن فيه . مثال المرأة «الجيدة» بالنسبة لهذا الرجل هي أمه ، أما زوجته فهي في موقع يحيره لشدة إبهامه طالما أنه يعاشرها جنسياً . قد يواجه وضعها هذا بتشجيعها لتصبح شبيهة بأمه المتعففة عن الجنس ، ثم يبحث هو عن متعته في مكان آخر . ولكن إذا ظلت زوجته جذابة جنسياً في نظره ، سيثابر على الشك بأنها جذابة بنفس المقدار في نظر رجال آخرين . فإذا كانت «سيئة» إلى الحد الكافي لممارسة «ذلك العمل» معه ، فقد تمارسه مع أي كان .

وصلنا الآن إلى مياه عميقة وأكثر صعوبة . فمن العسير إقناع رجل ما باستحالة إيمانه أن «المرأة الجيدة لا تتمتع من الجنس» طالما أن هذا الإيمان عميق الجذور عنده ، وقد يحتاج الأمر إلى مساعدة من اختصاصي ، يحتاج هذا الرجل إلى نبذ وصمة العار التي ألحقها بميوله الجنسية : وهي ربما جزء مما يجعل الجنس ممتعاً ومثيراً بالنسبة إليه .

هنالك أيضاً ما يطلق عليه الدكتور غولدبيرغ تعبير «الغيرة العاطفية» ويعود به إلى «الاتكالية البدائية» لرجل ليس في حياته علاقات حميمة بالفعل إلا مع شخصين أمه وزوجته .

قد يبكر الطفل بإغلاق منافذ طاقته على إنشاء علاقات حميمة ، وفي السن عندما ينتظر منه أن يكف عن احتياج أمه ويبدأ اللعب الخشن مع صبيان آخرين . قال كين باسك من مؤسسة «انبعاث» عن هذا الولد : إنه بعد ذلك بخمس عشرة أو عشرين سنة وبعد «تاريخ من الألعاب الرياضية ، والتجوال الممل ، والعلاقات السطحية التافهة على وجه العموم » ، يلتقي بالمرأة التي سيتزوجها . «يجد نفسه فجأة وهو شديد التقارب معها . فهذا هو تذوقه الأول للتآلف في جميع تلك

السنوات» . ومع انسحابه مبتعداً عن معارفه الذكور الذين لم يكن شديد التقارب معهم على كل حال ، يصبح منعـزلاً اجتماعياً ، شديد الاتكال على علاقته مع زوجته أو خطيبته . وعلى هذه أن تكون كل شئ بالنسبة إليه ، لأنه ليس باستطاعة أى شخص آخر أن يكون أى شئ . ثم يتوقع أن يكون هو كل شئ بالنسبة لها فى المقابل . أكثر من هذا ، أنه إذا كانت آخر تجربة له فى التقارب الحقيقى حدثت وهو طفل صغير ، لا تكون الفرصة قد توفرت لعواطفه حتى تنضج . وبينما زوجته مستمرة «بممارسة» معانى التآلف مع صديقاتها منذ سنوات ـ وما زالت لها صديقات حميمات ـ يبقى مفهومه للحب على مستوى الامتلاك الكلى : «أنت تعطى ، أنا آخذ» ، الملائم لطفل فى الخامسة من العمر .

هل هناك من طريقة لمساعدة الرجل الغيور عاطفياً حتى ينمو وينضج ..؟

نعم : توقفى عن مساعدته على البقاء طفلاً بالخضوع لكل متطلباته . اهتمى بحاجاتك الذاتية بصلابة وهدوء ، بما فى ذلك حاجاتك إلى الصداقة والحرية . يحتاج هذا الرجل أن يتعلم الاهتمام بنفسه والكف عن طلب جميع حاجاته العاطفية من شخص واحد . لن يكون هذا سهلاً عليك أو عليه ، ولكنه يستطيع إنقاذ زواجك .

ما من أحد إلا ويعرف من خلال التجربة الشخصية أن «بداية مثيرات الغضب» التى تنتج عنها الغيرة لها علاقة مباشرة مع التقدير الذاتى وتتقلب مع تقلبه . عندما تكون مشاعرك عن نفسك جيدة جداً ، فسيحتاج الأمر إلى قلة إخلاص على المستوى الكلى لينبعث القلق فى رأسك ، ولكن إذا تعرضت لنكسة فى وظيفتك ، أو ظهرت عليك بعض التجاعيد الجديدة ، فسيكون هذا كافياً ليجعلك تغارين إذا نظر زوجك إلى ساقين فتيين فى الشارع . وهكذا هو الرجل ، قد تنتهش الغيرة قلبه عندما يتجاوزوه فى مكان العمل وتعطى الترقية إلى موظف آخر غيره ، أو يفقد وظيفته ، أو يواجه سنّ التقاعد ، أو يشعر بتقدمه سناً . ليس هذا إلا التماساً غير مباشر لإعادة تأكيد الثقة له أنه لم يفقد قيمته فى نظرك ، ومن الأجدر تجاهل الغيرة وتأمين إعادة الثقة . هكذا محن ، عادة ما تمر بسلام .

أما الرجل الذى تنبع غيرته من تخلخل أكثر ديمومة فى تقييمه لذاته فمشكلة أخرى . فشكوكه تتركز عادة على خصم خيالى قوى فى المجال الذى يشعر به الرجل المعنى بالضعف .

دينا هى خريجة جامعة فى الخامسة والثلاثين من عمرها متزوجة من رجل فى الخامسة والأربعين يعود بخلفياته إلى الطبقة العاملة ، لم يحصل إلا على شهادة فى التعليم الثانوى ويدير مؤسسة متواضعة لشراء وبيع السيارات . هذا الرجل ، واسمه **مجدى**، لديه اقتناع بأن زوجته دينا سوف تتخلى عنه للتزوج من «طبيب أو محامى» لديه مال أكثر . فإذا قرع جرس الهاتف ورد عليه دون أن يسمع أى صوت ، يسارع إلى القول لدينا : «أراهن أنه واحد من معارفك القدامى فى الجامعة» .

وتحتاج دينا إلى الإدراك بعدم استطاعتها «إصلاح» مشاعر النقص عند زوجها مجدى . ذلك أنها لا تستطيع منحه التعليم والمال اللذين لم يتوفرا له أبداً فى يوم من الأيام . أو إقناعه بعدم المبالاة لعدم اقتنائه لهما . ولكنها تستطيع التأكيد له أنها هى لا تبالى ، وإنها تعطيه قيمة كبيرة ، رغم أنها قد تجد نفسها إلى حد ما وهى أشبه بمن يحاول ملء السلة بالماء . يمكنها تشجيعه على مواجهة قلة الاطمئنان بالعلاج النفسانى . فإذا رفض ، يبقى لديها اختيار ، يتوقف على مدى الانزعاج الذى يصيبها نتيجة غيرته . يمكنها ترك الأوضاع على ما هى عليه ، راجية أن الزمن ، ومجرد وضوح إخلاصها له ، سيدفعان بثقته فى نفسه إلى النمو والازدهار. أو يمكنها أن تطلب الطلاق ، وهذه خطوة ربما تقضى بالفعل على أى قرار قد يتخذه مجدى لمساعدته نفسه . ومع ذلك يؤكد عليها الخبراء أن الواجب يدعوها إلى اعتماد اختيار يقوم على أساس استمراريتها العاطفية ، هى بالذات ، لا على أساس ما تظنه الأفضل لمجدى .

كثيرون هم الرجال الذين يتم تدريبهم لعدم الاعتراف ـ ولا حتى لأنفسهم ـ بأن لديهم شعوراً بالحاجة والخوف والاتكالية ، ومع ذلك لا مهرب من نشوء هذه العواطف فى علاقة الحب . يرى كين باسك أن طبيعة التآلف بحد ذاتها تستطيع

تهديد حاجة وقيمة رئيسيتين فى حياة الذكر : الضبط والتحكم يقول : « ينمو الرجال متوقعين أن يكونوا متحكمين بمحيطهم متسلطين عليه . ومع ذلك دائماً ما تعنى الألفة أن نكون بمنأى عن التسلط » لأنها تشمل إنساناً آخراً ، حراً فى الأصل وغامضاً لا مجال للكشف عن نواياه ومكنونات صدره ، يستطيع فى أية لحظة أن يبعث بعواطف لا يمكن ضبطها فى ذاته . باستطاعة هذا عندما يتعلق الأمر بالرجل أن يكون مصدراً لانزعاج كبير . قد يحاول ضبط المرأة والعلاقة والتحكم بالاثنين ليثق بأن المرأة لن تستطيع أن تؤلمه أو تفاجئه إطلاقاً وخاصة إذا سبق له وتألم من امرأة أخرى فيما مضى .

وهكذا يصبح أن التصرف النابع من الغيرة غالباً ما يكون استراتيجية ضبط وتسلط غير متعمدة ، وواحدة فعالة تماماً . مثلما تعرف أية امرأة خضعت رسائلها للفتح من قبل زوج غيور ، أو وجهت مخابراتها الهاتفية باستفساراته ، أو وضع برمجة لنشاطاتها . يقول باسك : إن هذه التصرفات «تحد مما تستطيع عمله ، وتقطعها عن العالم مقللة كلاً من فرصها ورغبتها بالقيام بأى شئ ربما يعرض الرجل للتهديد» . ولكن التحكم والتسلط دائماً ما يبعثان بردود فعل عكسية على المدى الطويل . والمثل على ذلك أن غيرة شريف تدفع صفية لأن تكثر ، لا أن تقلل، من التفكير برجال آخرين . رجال لا يعذبونها بغيرتهم على الأقل . وكذلك – هى – محاولة مجدى ربط سلوى على مقربة منه تدفعها فى الحقيقة إلى الابتعاد عنه .

الطريق الوحيد للخروج من هذه الحلقة المفرغة أن يعمد مَنْ تنتابه الغيرة إلى التسلل تحتها مستسلماً لمخاوفه وسهولة تعرضه للألم . ولكن هذه بالذات هى العواطف التى يحاول الرجل المتحكم المتسلط أن يتجنبها . إذا أصرَّ على تجنبها ، رغم الانفتاح الرؤوف الذى تبديه المرأة ، قد تنتهى هذه الأخيرة إلى التسبب بمحنة عندما تتركه وتبتعد عنه . ذلك أنها ستنقذ سلامة عقلها هكذا على الأقل ، أو تعطيه هكذا فرصة لينقذ سلامة عقله هو بالذات .

* كيف تتعاملين مع انفجار الغيرة ؟

يتفق الخبراء على أن المرأة لا تستطيع أبداً أن تعيد الثقة إلى رجل يعانى من مشكلة غيرة حادة تثير الشفقة . إذ يحتاج هذا إلى مساعدة من اختصاصى محترف. أما بالنسبة للعيش مع رجل أقل غيرة ، فأنت بحاجة لتتذكرى كلمات ثلاث :

الصدق : فالكذب الناتج عن الخوف أو الدفاع أو التحدى هو رد فعل شائع تجاه الغيرة المزمنة ، ولكنه يحول الغيرة إلى مصدر للمتعة الذاتية ويضرم النار فى الشكوك بصورة لها ما يبررها . فإذا كنت مرتاحة الضمير ، ظلى كذلك . لا تدخلى فى متاهات كتم أفكارك أو مشاعرك أو نشاطاتك . فالصدق والفكاهة مزيج جيد . كان باستطاعة صفية أن تقول على سبيل المثال : «لم ألاحظ وجود ذلك الرجل فى الباص ، ولكننى سأعترف بأن من شاركنى لعبة التنس كان جذاباً إلى حد ما دونما شك ...» .

إعادة الثقة : «... ولكن جاذبيته لا توازى نصف ما لديك أنت من جاذبية» يمكنك أن تتكلمى وأنت تقصدين المخاوف المختبئة وراء غيرة الرجل المعنى ، حتى ولو لم يكن باستطاعته التعبير عن هذه المخاوف بطريقة مباشرة .

وفى النهاية نصل إلى **الصراحة** : حاولى ألا تدعى للغيرة أن تسير حياتك ، أو أن تبعدك عمن تحبين من الناس وتحبين من نشاطات ، أو أن تضعك فى موقف الدفاع إذا ما تعلق الأمر برغباتك المشروعة . على أن مقاومة الغيرة مسألة تحتاج إلى شجاعة وقوة ، ولكن عندما تكف الغيرة عن العمل كاستراتيجية تسلط وتحكم فقط، سيصبح الرجل الغيور مستعداً لفتح قناة أكثر مباشرة للتفاهم وتبادل الآراء والأفكار والمشاعر .

******

النجدة ! تزوجت طفلاً كبيراً

هل يتحوّل سحره الصبياني أحياناً إلى عبوس طفولي ؟ هل يصخب محتجاً؟ لعلَه يتصرف كطفل لأنك تعاملينه كطفل . ستحظين بزواج سعيد كثير المفاجآت إن اتبعت هذه النصيحة .

سمير ملازم البيت لزكام شديد أصابه . ولا يدع زوجته صفاء تنساه . ورغم انشغالها بكتاب التاريخ المنصرفة إلى تأليفه لتقدمه فى الوقت المحدّد ، فهى لا تنفك تزودُ سمير بنبع متدفق من العصير ، والشاى ، والعاطفة ، ناهيك عن حساء الدجاج . ومتى تساءل سمير عن إمكانية إضافة الجنس إلى قائمة الطعام ، تمتنع صفاء بسبب ما استحوذ عليها من عناء ؛ فيتجهم وجه سمير ليومين ، إن لم يكن أكثر .

إحدى صفات جميل المغرية كما تقول زوجته وفاء ، هى : طاقته الصبيانية مستعد فى كل حين لتزجية وقت سعيد مفرح . جميل يجعل الحياة حفلة ، ولكنها فى الغالب حفلة له ... لذاته . يثبت على الفرصة السانحة لقضاء ليلة مع أصدقائه ، وتبقى وفاء فى المسكن لتعنى بأطفالها الثلاثة . ولكنها لا تشكو .. هى تقول ضاحكة : « الصبيان يبقون صبياناً ! » .

حسن شغوف بزوجته غادة . إنها ذكية ، ظريفة ، معتنية ، تعمل وتُعنى بالطفلين ، وتضعهما فى الفراش فى السابعة والنصف ، فتسكن الجلبة ، ويعمّ السلام متى أراد حسن أن يستريح ويريح أعصابه بعد العمل .

غادة تحب الخروج ، ولعلّها أيضاً تحبّ متابعة درس موضوع معين فى الكلية المحلية . ولكنها كلما سألت حسن إن كان مستعداً للاعتناء بالطفلين ، أبدى اعتذاره متذرّعاً بضرورة تأخره فى العمل . وفى المناسبات القليلة التى استطاعت غادة لقاء صديقاتها ، غضب حسن ، ثم نسى إبقاء أضواء مدخل البناية مشتعلة

إلى أن تقفل راجعة .

حباً وكرامة ، أمستعدة أنت لإظهار براعتك واتساع أفق تفكيرك فى حل هذا الاختبار ؟ .

*** ما هو القاسم المشترك لهؤلاء الثلاثة ؟**

«ا» هم يتصرفون كأطفال عمرهم أربع سنوات .

«ب» هم بالغو سنّ الرشد لتكون معرفتهم أدنى إلى الكمال .

«ج» هم يقتلون فلا تقتصُّ منهم العدالة .

«د» جميع الذى ورد ذكرهم أعلاه .

إن قلت «د» تقدمى إلى أول الصف . أنت تبينت العوارض . هؤلاء الرجال أطفال كبار . يطالبون بحبٍّ غير مشروط ، يتوقعون أن تقدم لهم زوجاتهم كل ما يحتاجون إليه ، وبتصرفاتهم يشقون النساء إن لم يُلبِّين جميع طلباتهم فكيف؟ لنعدُّ الطرق . سمير ينتظر من صفاء أن تكون ممرضة ومحظية ، ثم يقطب ويتجهم متى غُلب على أمره ... جميل يتنصّل من مسؤوليات العائلة ويعيش وكأنه ما برح عزباً .. حين يعتمد على امرأته فى إدارة شؤون البيت وحدها ، ثم يثور ساخطاً عندما تغادره ولو لوقت وجيز .

هل أنت متزوجة برجل مثل سمير ، أو جميل ، أو حسن؟ وهل تشعرين أيضاً بأن زوجك ـ المحبُّ المستهام ـ يضع احتياجاته فى المقدمة ، لتأتى بعدها احتياجاتك ؟ هل تطال عنايتك بزوجك قدر ما تطال أطفالك ؟ .. وبكلام مختصر هل تشعرين بأنك أمّه لا زوجته ؟ .

إذا كان هذا ما تفعلين ، فلا تبقى متقوقعة وواصلى القراءة لابدّ لك من إلقاء نظرة جدّية إلى الحالة ، نحن نحيا فى دنيا معقدة ، سريعة ، عدوانية ، وربما مفعمة بالأخطار . نحن ننشئ الصغار ونرعاهم .. نحن ندبر البيت ونحافظ عالى نظافته ، نحن موظفات . كل هذا ، والمزيد محاولتنا البقاء مخلوقات بشرية حضارية . وفى

مكان ما من درب التطور البشرى ، لا أحد يرغب فى أن يظلّ ذلك الطفل . فالوقت أزف لنفض غبار مسحوق البودرة الطلق ، والاستغناء عن دبابيس الحفاظ ، التى نحتفظ بها لأطفالنا الكبار . ومتى فعلنا ذلك ، نحظى بالمزيد من المساعدة فى البيت ، ونظفر بوقت فراغ ننفقه على أنفسنا ، ونجد أننا سعيدات ، بزواجنا وحبنا .

* كيف يولد « الأزواج الأطفال » ؟!

جميعنا دون ريب نبدأ الحياة من نقطة الضعف الشامل . فى مستهل الطفولة ، تكون الأم دنيا الطفل ـ تكون كل شئ له ـ المغذية والمنشئة القوية القديرة . ولكن الصبى ، لكى يطور ذكوريته ، يتمرد على الأم . وحيث أن هذا الانفصال يتمّ قبل أن يكون مستعداً تطورياً للاستقلال عن رعايتها ، فالنتيجة تكون تعويلاً عاطفياً خبيئاً ، يتحتم عليه بعد زمن أن يعوض عنه باستمرارية متواصلة .

ويعوض هؤلاء الرجال بتحويل زوجاتهم إلى أمهات بديلات ، ولكنهم يكتشفون أنهم عادوا إلى نقطة البدء ، ولهذا يحاولون إعادة توكيد ذكوريتهم ، ويفعلون ذلك بمضاعفة سيطرتهم وجبروتهم بقدر مفرط لا يجدون له مسوغاً ومبرراً .

هم لا يعترفون بما يحوجهم ، بل هم لا يتبينون ما ينقصهم ، ولهذا يتصرفون بطريقة يموهون بها الحقيقة عن احتياجاتهم ، كالزوج الذى يعبّر عن تفوقه بمخاصمة الجميع من باعة ، وخدم مطاعم ، أو كالزوج الذى يثنى عضلاته بشدة فى سيارته ليسبق سائر السيارات .

ولكن هدف غضبهم أو اعتدائهم لا تتألم له زوجاتهم وحدهن ، فالرجال يدفعون ثمن هذا التعويل الخفى ، لأن إنكارهم لاحتياجاتهم العاطفية يخلق عجزاً ضخماً فى علاقاتهم . فالرجل الذى لا يستطيع التعرف على احتياجاته مرغم على التعنت بغيره دون أن تكون بينهما علاقة واشجة . مثل هذا الرجل مستوحد لم يتعلم الانتساب الكامل للناس كما تعلمت المرأة . هو تعلم فقط قهر الناس ليسبقهم ويتقدمهم ، ودون أن يدرك ما جشم به نفسه يفقد لذة العيش .

* انـدفـاع الزوجـة لتـفريج كـربتـه

ولكن برغم مقاساة الرجال المعولين فى المدى الطويل ، فزوجاتهم يحملن الوزر اليومى لاحتياجاتهم . وتبدأ المشكلة الحقيقية عندما تسارع المرأة لتلبية هذه المتطلبات أو الاحتياجات ، دون إدراك منها بأنها تعمد إلى ذلك ، بل وإلى أسوأ من ذلك ، لظنها بأن هذا ما ينتظره زوجها . المرأة تشعر باحتياجات الرجل غير المحققة ، ثم تجاريه فى تكلّفه وتظاهره ، فتساعده على مضاعفة وهمه بأنه الرجل الذى يسيطر ويهيمن ولا تهن له عزيمة !

صفاء على سبيل المثال تحقق هذا عندما تدخل فى رُوع سمير أنه شخصية هامة ، فهى تؤجل عملها أو تلغيه وتقبل عليه تلاطفه ، وتناجيه ، وتسرّى عنه ، مثلما تفعل وفاء فى تعزيز أنانية جميل بموافقتها على أن نشاطه فى تزجية وقت من المتعة والترفيه يأتى فى مقدمة كل شئ آخر ، حتى قضاء الوقت معها ومع طفليها ... بالرضوخ الأعمى هذا تجعله يتجاهلها ، ويعتبرها امرأة تعمل فى بيته ، وكأنها متآمرة معه . وقلما تواجه المرأة زوجها بقصوره وفشله مخافة أن تزيده صراحتها عجزاً ثم ، الكثير من الرجال يرفضون الانتقاد ، وبخاصة من يكون ضعيف البنية كليل الذكورية .

ولكن مَنْ نَصَّبَنَا حارسات على بوابة معرفة الرجل لذاته ، وتقديره لقيمته؟ ومن أين أتتنا الفكرة بأننا مسؤولات عن حماية الرجل من معرفة ضعفه وقصر باعه ؟ هل نحب الاعتناء به كى نوجه ـ وهذا ما يزعمه الرجل أحيانا ـ؟ .

لا ، لا . فالمرأة فى الحقيقة منحت الرجل ما يحتاج إليه ، ليس فى هذا العصر فحسب ، بل منذ أقدم العصور .

ولاشك فى أن الوقت تبدل . فنحن اليوم نملك ضروباً من الخيارات : الزواج ، العمل ، الأولاد ، مزيج من الثلاثة ، ورغم الواقع بأن النساء ما زلن يكسبن ٧٠ فى المئة مما يكسبه الرجال ، إلا أننا مستقلات اقتصادياً أكثر منهم . هذه الحقائق لم تبدل طبيعتنا وغريزتنا ، فنحن نخدم الرجال ، ونحاول بكل طريقة أن نرضيهم .

ولعل ما تبدل وتغير هو شعورنا بالامتعاض من أطفالنا الرجال صفاء مثلاً ، بدأت تشعر بأنها ضحية . ووفاء قد تجد فى النهاية الانفصال القانونى ، وهو الخطوة المعقولة التى تتبع الانفصال العاطفى الذى فرضه جميل .

* الطريق إلى شراكة متساوية

ولكن يجب ألا تصل الأمور إلى هذه الدرجة من التفاقم . وإذا بادرت الآن إلى تذليل العقبات استطعت مساعدة زوجك ليغدو شريك الحياة المبتغى ؛ فيستمتع كلاكما بالتغيير الحاصل . وأول خطوة – وهى الأهم – هى زيادة عنايتك بنفسك. فعثورك على مخارج جديدة وتخفيف مراقبتك لزوجك يجعلان مواطن ضعفه أقلّ ظهوراً . وهذه المحاولة تعيد بعض التوازن العاطفى للعلاقة .

فمتى كان الزوج اتكالياً مفرطاً ، يصبح عرضة للانتقاد ، كما هو الطفل . وقيام المرأة بخدمة نفسها وتجميل هذه النفس جسدياً ونفسياً ، يتيح للزوج الفرصة لينمو ويكبر .

فوائد جمّة ، ولكن العديد من النساء لا يعرفن كيف ينفذن ويحققن ، أو اللواتى يشعرن بالذنب إن هنّ أولين أنفسهن الاهتمام العظيم ، ووضعن احتياجاتهن فى المرتبة الأولى ، أو فى مرتبة متساوية . وليس فى عنايتك بنفسك معنى إهمالك لزوجك . وفاء تعلّمت الدرس ، فأحيت الميت من الأمل ، وأنعشت الزواج المحتضر . وخطت الخطوة الثانية ، بعد أن أيقنت من صواب تحوّلها وتوقعت المزيد من زوجها ، توقعت أن يلبّى ما ترجوه وتطمح إليه ببصرها وبصيرتها.

فى حالة وفاء ، هذا يعنى مواجهة جميل بتصرفاته . وقد شقّ عليها ذلك . وتقول : « عندما طالبته بقضاء مزيد من الوقت معى ومع الطفلين ، كثرت خلافاتنا ومنازعاتنا . فى البدء حاولت التغاضى كما فعلت من قبل ، ولكننى أدركت أن بعض الأمور تحتم المجابهات ، ولهذا تشبثت بموقفى ، ورسمت خطة تمنح كلاً منا وقتاً خاصاً به » .

واستطاعت وفاء أخيراً أن تقنع جميل بأن زواجهما علاقة عمر ، وإذا اعتبره كذلك ، يخلق به أن يفكر بغيره ، ولا يحصر فكره فى نفسه وحسب . وتقول : « ولكنى قررت أن أفكّر بنفسى أولاً ، وإلا لما كُتِبَ النجاح للخطة» .

صفاء أسوة بوفاء اخترقت الحصون الفاصلة لها عن زوجها سمير ، يومان مضيا على جفاء زوجها وإعراضه بعد تمنُّعها من ممارسة الجنس معه ، جعلاها تتوقف عن اعتبار نفسها مذنبة ، فتحوَّل الشعور بالذنب إلى شعور بالغضب . وقالت تحدّث نفسها : « إذا كان سمير راغباً فى الجنس ... فهذا لا يعنى أنى مضطرة إلى الرضوخ . لقد أدركت أن انصياعى بهذه الصورة وانقيادى إلى نزواته ، جعله يفهم أنى راضية ومتقبلة نزواته الطفولية . أى : أنى بذلك شجعته على المضى فى تصرّفه الذى ملأ قلبى حزناً » .

وخلافاً لما فعلته وفاء ، لم تواجه صفاء زوجها سمير بما همّها من تصرّفه ، بل كفّت عن خضوعها واستسلامها : « وذهلت حين توقف سمير عن الأنين والصهيل وطفق يعنى بنفسه ، ويساعدنى متى احتجت إلى المساعدة! » .

* أعـراض الـرجـل «القـوى »

ليس من خطأ أو انحراف فى الاحتياج أو الاتكال على شريك الحياة ، فالمشكلة تذرُّ قرنها عندما تكون المطالب أو الاتكال من جانب واحد . والتناقض الظاهرى المتمثل فى مساعدة الرجل على الانفتاح ، ليصرح عمّا يحوجه ، يساعد المرأة على اختصار احتياجاته ، وهذا قد يعنى إبطال جانب من تمرُّن الرجل الأساسى على الاعتقاد بقوته ومعنى هذه القوة .

والرجال الذين لا يظهرون مشاعرهم يعتبرون أقوياء . هذا معروف بل هو كليشيه شخصيات ـ غارى كوبر ، وجون وين وهمفرى بوغارت الأقوياء الذين يكتمون تفاعلاتهم ، وإن كانون من أشد الرجال قوّة وبسالة .

وهذا يختلف كل الاختلاف مع قوّة المرأة ، وقوتها فى صراحتها وعطائها ولكن الرجال يرحّبون بالفرصة متى سنحت لإظهار المزيد من التعويل إن استطاعوا ذلك

دون أن يوسموا بالتخاذل . والنساء أقدر على قراءة المشاعر المتفاعلة ، وتبين الاحتياجات ، ولذا يسهل علينا توفير المكان الأمين للرجال ليتعلّموا هذه المهارات ، ويتخلوا عن دفاعاتهم وحصونهم . ورغم أن هذا الإجراء قد يعنى أنه شكل من أشكال الأمومة ، المتعدّدة الوجوه ، إلا أن الهدف يختلف جداً : إنه النمو للرجل وليس طفالة أكثر من طفولته .

وفى خلق هذا المكان الأمين للرجال ، يجدر بنا نحن النساء أن نتفحص أيضاً تكيفنا ، فالعمل على إنماء «طفلنا» قد يعنى فقدان المعتقدات التى تطبّعنا بها منذ زمن طويل عن معنى رجولة الرجل . فأشد ما نكره ونرفض تصرُّف الرجل كأنه طفل . إلا أن الرجل رغم ظرفه فى تصرفه يبقى الزوج الحريص على سلامة وراحة امرأته ، وما يبدر منه أحياناً من أعمال صبيانية ، يجب تجاهلها أو مجاراته فى مزاجه وتهريجه . ولا يفقد أبداً تلك الروح المرحة ... ولا يتردد أبداً عن إشراك زوجته فى قلقه أو عاطفته المشبوبة . والاستهزاء به خطأ لا يغتفر . وعلى المرأة أن تتخذ القرار : أتريد الرجل الطفل المتباهى بقوته ، أم الرجل البالغ القادر على إسداء العون ؟! وإن أظهر أحياناً الهشاشة والضعف .

وربّ رجل يظهر ما لا يبطن ... ثَمّة رجل يقول هازلاً : « لماذا أركن إلى العمل ما دمت فى يسر وسعة؟ وقد جمع الله لى بين علو المرتبة وبسطة العيش ... فأنا شقيق فلان ، أو صهر فلان ، ليت شعرى ، أليس فى هذا ما يكفى؟ » .

وتقطب زوجته حاجبها وتردُّ عليه بلهجة صارمة : « إن كلامك لمَن اللغو يا زوجى ، لقد ناهزت الخامسة والثلاثين . ولم تَقْدِم على أمر فيه لَى ولك خير ونعمة ... ولم يكن همُّك سوى ...»

فيقاطعها متمماً كلامها وهو محافظ على بسمته : « .... التسكُّع ، والترحل ، وانتجاع اللهو ... لقد نطقت بالصواب ، فأسرتنا استغنت عن الكدح لأنها فى غنى عن السَّعْى والكَدّ! » .

ويتأجج غضبها ، وتعتبر كلامه إهانة لها ! .

ويختم هو كلامه بقوله : « ... إنى راضٍ بما قسمه الله .. فخففى من غلوائك يا عزيزتى » .

ولكنها لا تكتفى ، هى لا تقبل الهزيمة فانثال من فمها كلام مقذع ، اتهمته بالكسل والخمول والتواكل ...

ويجيبـهـا بحلم : « ثقى يا عـزيـزتى أن الفـرص لصـاحب البـال الخـالى هى واجباته ! » .

تهز رأسها وتستتلى : «دعك من الهراء ، فاللغو مرتعـه شوك . وأنا لا أحـترم إلاَّ الرجل الرجل ، لا الرجل الطفل! » .

****

كيف تعيشين مع زوج متقلب المزاج ؟

لا نتكلم عن الرجل الذى يشعر بالحزن لأن أمراً رهيباً قد وقع . إننا نتكلم عن الرجل الذى يثور متى أضاع جورباً ، والذى لا يملك ذرّة مقاومة لمزاجه المتعكّر ، نتكلم عن زوجك ، وزوجى ..!!

ترينه عن بعد ميل . رجل كئيب نكد ، يمشى بلا غاية ولا هدف ، بغضون خفيفة بين حاجبيه ، وبكتفين هابطين مسترخيين ، وبشفتين مزمومتين وبنظر متجه إلى حذائيه .

البعض منا ينجذب انجذاباً قهرياً به لظننا بأنه عميق التفكير . ونحن لا نتكلم عن الرجل المريض نفسياً ، أو المرزوء بكارثة حطّمت حياته ، نحن نتكلم عن الرجل القادر على إثارة عاصفة هوجاء من الغضب لأنه لم يجد جوربه . نحن نتكلم عن الرجل الذى يهزمه مزاجه المتقلب ، الرجل الذى يتنقع فى الكآبة كانتفاع ربطة عنق حريرية فى صحن السلطة .

نحن نتكلم عن زوجى وعن زوجك ، ففى أوقات ينتاب الرجل هذا التبدُّل العجيب الرهيب . فيتلبد مزاجه بالغيوم المكفهرة ، ويقصف فيها الرعد ويلعلع البرق .

رجل مثل هذا يدمر يومك ، بل يفعل أكثر . لنقل أنك متحمسة لما أعددته لعطلة نهاية الأسبوع . ويأتى فى مساء يوم الجمعة ، فيحدجك بنظرة قاتمة ، ويقول هازئاً : « طيب ، ما هى ضغوط نهاية الأسبوع التى أُعددت؟ أنت طهوت للعشاء ما لذّ وطاب ، وأنا فرضت الحمية على نفسى اليوم ، فكيف تفعلين هذا بى؟ » .

ثم هناك رجال تتعكر أمزجتهم ، وتتجهم وجوههم ، وتكتئب نفوسهم ، وتنحط نفسيتهم إلى أسفل الدركات . ويطول هذا الانقلاب المقيت غير المسبب .

لا يقولون ما ينكّد عيشهم ... لا ينبسون ببنت شفة ، يصمتون ، وإذا سُئلوا يهزُّون أكتافهم ، أو يصعّرون خدودهم .

وأحد أسباب حيرتنا نحن النساء متى ارتمى أزواجنا فى حمأة اليأس هذه هو أننا لا نتعرض إلى نزوة كهذه ، ولكن ثمة أمور تنكّد الرجال ، وتعكّر صفوهم ، وتغرق أمزجتهم بضباب من الهم والقنوط .

العمـــل :

يمدُّ هذا المزاج العكر فى غيِّ الرجل ، فيُلقى حبل أساه على غاربه ، ويطلق العنان لكمده حتى لكأنه أضحى بمعزل عن الدنيا وبمندوحة عن العيش ، فيوحش ويؤيس . ويخيل لمن حوله أنه اختار شرّه على خيره ، وحنظله على عسله .

كثيرون من الرجال يشبهون نفوسهم بقتلة التنين ، بموردى الرزق ، بالمتحدّين المتنافسين ، وكل هذه التصورات تنتمى إلى العمل ، أو تنبع منه فإذا جرى ما يضر بالعمل أو يعرقل مجراه ، يشعرون شعور من كابد البلايا وتكفُّ أبصارهم فلا يرون الأشيـاء الحسنة فى الحيـاة . زوجـى على سـبيل المـثال ، وهـو فى صحة جيدة لا يشكو من شئ ـ زوجة وفيّة ، وطفلان ممتازان ـ صرّح فى صباح هذا اليوم أن حياته برمتهـا صورة قاتمة سوداء لأن مؤتمراً يتحتم عليه الاشـتراك فيه سيؤخر أعماله .

الجـزر والـمد المـالـى :

بما أن الرجل يعتبر نفسه المعيل والمقيل ، فهو يقيس قيمته بمقياس ما يملك من مال . فاستلامه الراتب يشعره مؤقتاً بأنه ذو شأن ، فيغتبط وتنتشى نفسـه ، بينما كل دينار ينفقه يخفض من تقديره الذاتى ، فيغتم ويتوتر وقد يقذع فى الكلام .

إذا أربـك مخـطـطـه شـئ :

يشعر الرجل أن الوقت غير المصروف فى العمل هو ملك له ينفقه كيفما شاء .

ولأنه سريع التأثر ، ومزاجه متقلّب متلوّن ، لا يعرف مسبقاً ما يجد فيفضله . مثل هذا الرجل لا يمكن أن يتساوق اجتماعياً ، وينتظر منه فى كل وقت أن يطالبك بإلغاء المواعيد المتفق عليها بحجة إصابتكما بالانفلونزا : أى يرغمك على الكذب .

سيارة معطلة :

يرى الرجل فى سيارته تعبيراً عميقاً لنفسه ، الصديق الحميّم ، فإذا «مرضت» سيارته ، يحزن ويقلق . وإذا كسر فيها شئ صغير ، يشعر كأن الأرض ترجرجت ، فيثور غضبه ، ويلعن اليوم الذى خلق فيه السائق حتى لو كان هو .

يفقد الاتجاه أو لا يجد موقفاً :

يفضل الرجل الموت على الاستعانة بخريطة ، أو وضع سيارته فى مرآب مخصص كموقف ، فالرجل وسيارته وحدهما يجب أن يحلا المشكلة .

الشعور بالأرق أو المرض :

يفتقر الرجل الناقم الساخط إلى القوة الاحتياطية ، والمقدرة الكابحة . وهو إن أرق ذات ليلة ينهار فى غدها . ومتقلب المزاج المريض يصرّ على زوجته بملازمته ، ولكنه يحرجها بكلامه وتصرفاته ، فتشعر بالدقيقة كأنها سنة ، وبالساعة كأنها مئة سنة ! .

قد يظن المرء أن الرجال يربكهم ضعفهم ، غير أن التماسك العاطفى لا يعرفونه أو يقدّرون قيمته . علمت هذا بعد سنين من العيش مع أب وأخوين وزوج وابنين .. استنتجته من ملاحظاتى وممارساتهم ، وأيقنت منه بعد طول اختلاط وتعامل .

وتقول خبيرة فى شئون النفس : إن الدراسات بيّنت صمود الرجل فى وجه الأزمات ، ولكن المرأة على المدى " ابرز" أثبتت قدرتها على تحمل الضغط والجهد. وفى الأوضاع العاطفية تكون الأسبق إلى تخفيف الوطأة ومهادنة الانفعالات متى احتدمت ، وصب الماء عليها متى اضطرمت . ونشأتنا نحن النساء

تختلف في جوهرها عن نشأة الرجال . ونَصِرُّ مهما جرى على استبقاء طبيعتنا في إطارها .. والمرأة المتقلّبة المزاج هي تلك التي تبلغ سن انقطاع الطمث . وتمادى الرجل في غيّه الفطرى يشجعه رضا المرأة أو تجاهلها لما يبدر منه ، بل الكثيرات يحببن هذا الانحراف . فالرجل المتنائى جدار مرتفع ، وفي مكنتنا رسم أى شئ عليه . فنضفي عليه برسومنا صفات متعددة : إنه عميق الغور ، إنه فنان ، إنه مستهام ، إنه يثير الاهتمام . يكبو زند الرجل وتنكسر شوكته ولكننا نغمض عيوننا على القذى ، ونأبى أن نرى ذلّه وانطفاء جمره .

ومن أعجب ما مرَّ بى زوجان ، المرأة كيّسة متفائلة ، وزوجها نحس من النحوس وَقائد النّكد والشؤم . رأيه في الوقت الطيب يكون متى أهان وحقّر .. والمرأة التى حمدت صفاتها مضطرة إلى التكيف مع العواصف التى يثيرها ، العواصف التى تحطّم السفينة ، وإن لم تحطمها فإنها تخلعها .

سالى ، امرأة عرفتها وصاحبتها تزوجت برءوف قبل خمس سنوات . واتفقا على القيام بزيارة إلى بيت أمه في وقت كان في أسوأ حال من الركود والهمود لسبب يعود إلى عمله . كان متوتراً سريع الغضب ، يهاجم لأقل كلمة تقولها زوجته . هى عرفت ما يعانيه ، ولكنها لم تعرف طريقاً إلى قلبه للتخفيف عنه . ولكن صلتها بأمه كانت صلة صداقة ومحبة ، لهذا رأت أن تستنصحها . بيد أن الأم سبقتها إلى الكلام فقالت : « لاحظت ما دهى برءوف ، فهل في طوقى بذل المساعدة ؟ » وهزّت سالى كتفيها وأجابت : «كنت سأطالبك بذلك ! » .

الاثنتان محبتان تتمنّيان الخير لرءوف . الاثنتان حاولتا مساعدة رءوف ، بينما الأولى بهما أن يساعدا نفسيهما . وأخيراً فعلا الشئ الصحيح . تركتا رءوف مع الطفل وخرجتا نتناول الطعام في المطعم .

المهم هو الابتعاد عن طريق الرجل الذى يجد نفسه في دوّامة مغبون الحظ . عندما يكون الحب محتلاً أفئدتنا تغرينا نفسنا على الاشتراك بكل شئ بما فيه المزاج . وأنا في أوج محبتى لرءوف لم أرافق رءوف بأكله لقمة مع لقمة فحسب

ـ وزاد وزنى بسبب ذلك ـ ولكنى أيضاً جاريته فى عاصفة الصباح حين ينهض بقلب منقبض ونفس متوغرة ، قضيت أياماً شاركته فيها بغضبه على الدنيا ، لأجده مرحاً مبتهجاً فى ساعة العشاء .

بعد سنوات من الملاحظة والمتابعة ، تعرفت على ثلاثة أنواع من تصرفات الرجال التى يمليها المزاج المتقلب : الذى لا يطرق موضوع المشكلة ، والذى يتكلم عنها بلا نهاية ، والذى يتفاعل مع المشكلة بالشكوى من أمور أخرى . كل فئة تتطلب استراتيجية منفصلة .

إذا كان زوجك لا يتكلم ومزاجه فاسد ، فأول ردّ فعل لك يكون على الأرجح لوم نفسك . لا تكونى غبيّة ، أنت لست السبب ، سَليه «هل لغيظك علاقة بى؟» ثم «هل فى وسعى عمل شئ؟» إذا لم يفتح أى من السؤالين فاهه ، فاعلمى أنه حليف العزلة مع أفكاره الكئيبة المظلمة ، مسرور بها ، مرتاح إليها ، وهذه إشارة لك بالابتعاد إمّا جسدياً أو فكرياً ، ولا تعتبرى بعدك معروفاً تسدينه إليه ، بل تسدينه إلى نفسك .

رجل آخر يتعرّف على المشكلة وتشعباتها ، فيخوض فى حوار طويل حزين منتحب . وقد يكون محاولاً اتخاذ قرار هام ، وهو يزن البديلين ـ المساوئ والحسنات ـ بطريقة علنية ليرى وقعهما وتأثيرهما ، والابتعاد عنه لا يجدى ... والإجراء المناسب فى هذا الوضع هو الإصغاء ، وإبداء بعض الملاحظات الإيجابية . ومتى سئمت هذا ، ربما فى اليوم السادس أو الأسبوع الثامن ، يكون الوقت قد حان للسيطرة على الموقف ، فتقولى : « إنى محيطة بالمشكلة التى تشكو منها ، ولكنى لا أستطيع القيام بعمل يخفف منها ، فوجهك العابس الكاشر يدلُّ على تفاقمها، أنت لا تُقبل إلا بكلوح وتقطيب ، ولا تتكلم إلا عنها . وأودُّ لو قلّلت من ذكرها وفعلت ما يساعدك على قهرها قبل أن تقضى عليك » .

صديقة لى تحملتَ حديث زوجها المتكرر المعاد خمسة أسابيع . كان كلامه منصباً على ميله إلى استبدال عمله . لم يكن يغيِّر الموضوع ، لم يضحك قط . لم

يصغ إلى حديثها عن حياتها ، أخيراً قالت له : أن ينفذ ما يريد ويرسل الطلب الجديد . وامتثل ، وبالفعل حظى بالوظيفة الجديدة فتبدلت حياته وارتاحت زوجته من حيرته التى كان يعبّر عنها بطريقة سيئة .

والرجل الذى يتقلّب مزاجه بين لحظة وأخرى ، لا يعجبه شئ ولا يروقه أمر مهما كان نوعه ، هو الرجل الصعب المراس ، الشكس الذى يستحيل العيش معه ، بل يكون كالعيش فى الجحيم . والرجل الذى يقف أمام الثلاجة المفتوحة ، ويضرب الأرض بقدمه صاخباً متسائلاً عن موضع الزبدة، هو حقاً إنسان سخيف أحمق . وزوجى خلاق لهذه المواقف والمهازل ، ويدهشنى بما يخترعه ويستنبطه ، والأمور الكفيلة بإزعاجى يجدها دائماً : الستائر معلّقة باعوجاج ، وعاء السلطة يجب أن يوضع فى مكان آخر من المطبخ ... أنا خبّأت دفتر شيكاته ، دائماً أخفيه (وأنا لم أمس قط دفتره ، فعندى دفتر خاص باسمى) .

الطريقة الوحيدة للتعامل مع هذه السورة الغاضبة هى بالإهمال المشوب بالهزل والفكاهة .

رجل خاف أن تصاب خطيبته بالسرطان لإدمانها التدخين اتقد غضبه وعنّفها ، فقالت له : « لا تكن سخيفاً . فلان دخن عشرين عاماً بلا انقطاع ، وفلانه ـ وقد أربت على الأربعين ـ تدخن عشرين لفافة فى اليوم ، والاثنان فى أحسن ما يكون من الصحة » . المهم أن تخفّضى من حدّته ، وتغرقى غيظه فى الفكاهة .

ومتى شكَا من أمور ولامك عليها ، ذكّريه بلطف أنك غير مسؤولة ولا يحق له أن يولمك . واعلمى أنه فى إبّان شراسته لا يضمر لك الشر ، إنها عادته وطبعه ، ولا يجد سواك ينفس عن نفسه بتقريعك وتوبيخك .

وللمرأة ذات الزوج الثائر المزاج مسؤوليتان . مسؤولية البقاء متحكّمة بأعصابها وعواطفها لتستمر فى الاحتفاظ بجاذبيتها . وهذ واجب لأنه مشتق من الرفق والإنسانية . فالرجل الذى يشعله أقلّ سبب ، لا يستطيع تمالك نفسه ، والتجاوب معه فى الخصام يضاعف من حجم المشكلة . وكما يقول المثل ، إيّاك ومصارعة

الخنزير ، لأنك ستتلوثين بالأوساخ ، ثم إن الخنزير يحبّ هذه المصارعة .

والمسؤولية الثانية هى عدم التعويل على مزاجه لكى تكونى سعيدة منشرحة الصدر . فبعد أن تقولى كل شئ هادئ مسكّن ملطّف ، اتركيه مع أفكاره ، مع تأكيد عودتك . والتمنى بأن تجديه قد راجع نفسه واستعاد اتزانه وهدوءه قولى له : « أتمنى أن يتبدل شعورك ، إنى خارجة وسأعود فى الخامسة » .

وإذا استمر المزاج متعكّراً متقلباً أياماً متوالية ، يحوجك خطّة فيها حزم وحسم مع الإبقاء على مرحك . ذكّرى نفسك بأنك وإن كنت مرتبطة بزوجك بالعهود والمواثيق ، فإنكما لستما التوأمين السياميين غير المنفصلين! اعتبريه خارج البلدة ، ادعى صديقة لتناول طعام الغداء معك ، ابدئى بتنفيذ مشروع رغبت فيه . زورى متحفاً . أقيمى حفلة ، وقولى له : إنه ليس مضطراً إلى الاشتراك فيها .

إن الزوجة ذات مسؤولية ، تريد الإبقاء على العلاقة ، تريد حماية الزواج من التصدع ، ولذا يجدر بها أن تعترف بأن المزاج ملكية خاصة ، ولتبتعد متى جنّ الرجل حفاظاً على صفاء مزاجها ـ أجل لتبتعد ـ ووسائل الابتعاد كثيرة .

امرأة قضت مع زوجها الثائر الغاضب ٣٣ سنة ، وتقول : « فى السنين العشر الأولى عاملته أجمل معاملة ، فى السنين العشر التالية تولانى شعور أقرب إلى الجنون ، وفى السنين المتبقية ، لم يعكر صفوى ويغضبنى إلا الصخب » .

******

الـزوج المـتـنمّـر والمـتـجـبّـر

المعضلة الخفية التي تدمر الزواج

زوجة من كل ثلاث زوجات قد تعاني العنت النفساني . ماذا يحدث عندما ينقلب الزوج إلى رجل متجبر متنمر ؟

« نكون في السيارة عائدين من حفل أو من بيت صديق وعلى حين غرّة يتراءى لي أني ارتكبت خطأ » . وتتلاشى البسمة من وجه چيهان وهي تسترجع في ذاكرتها صروف الزمان في أربع سنين من الزواج .

مروان لم ينبس ببنت شفة . إنما طريقة اندفاعه بالسيارة أنبأتني بأني خيبت أمله . والعقاب كان دائماً : إعراض ، ونأى إلى أن أكفّر عن خطأى أحياناً لا أفطن إلى سيئتي إلا بعد أيام ، لعلّي قهقهت وأنا أضحك ، أو خاطبت إنساناً لا يميل إليه مروان . أحياناً كنت أرجوه بل وأتضرع إليه أن يقول ما أوغر صدره كي لا أعيد ثانية ما فعلت . ولكنه كان يشخص إلى اتجاه آخر وكأني غير موجودة . ويسأل «ألا تعرفين؟» .

في أوقات أخرى أهان مروان زوجته جيهان بغيرته . « ذهبنا مرّة إلى حفل أقامه مكتبي ، وكنا نتبادل الأحاديث ونفكه ونمزح بينما كانوا ينقلون الصِّحاف إلى الموائد . وبدأت أروي قصة مضحكة عن جهاز هاتفنا ، ولكنه أقبل عليّ وقال : «هلم يا حبيبتي ، حان وقت العودة إلى البيت» . ثم تأبط ذراعي وأخرجني بما يشبه الإرغام . لم أقاوم مخافة أن يكون للحادث وقع في القلوب غير مرغوب فيه » .

چيهان علمت أن مروان لا يشاء حضور الحفلة ، ولم يشأ أيضاً أن يدعها تذهب وحدها . «وقد واجهته بالحقيقة ، ولكنه أصرّ على أنه فعل ذلك كي لا أبدو خرقاء متهورة!» .

إنّ تشبُّه مروان بالنمر فى خُلقه يصوِّر تحقيراً لزوجته ... يمثل تهديداً لتجاوبها مع الأسرة أو المجتمع ، أو لتصرفها الجيد المؤدب الذى يبهج قلبها وفكرها . إن الإساءة النفسانية تحزُّ فى صدر المرأة أكثر مما تحزُّ الإساءة البدنية . المرأة ترفض هذه الإساءة . وهى - أى الإساءة - النفسية تتخذ لها أشكالاً متعدِّدة ، منها المعاملة الصامتة ، والتهديد الكلامى ، والغيرة العَمياء المفرطة ، وثورة الأعصاب ، ومعاملة المرأة كشئ لا كإنسان .

ومن الصعوبة بمكان تقدير عدد النساء المتعرضات للإساءة النفسية ، ولكنهن كثيرات ، وربما واحدة من كل ثلاثة . ويعتقد الخبراء أن السبب يكمن فى مشاكل باطنية خفيَّة تعسِّر التآلف وتوهى حبال العلائق .

وتأتى المرأة إلى الطبيب ، فتقول دون مقدمات وقبل إلقاء التحيات : «إنى شقيّة يا دكتور» . ومتى دققوا فى هذا الشقاء يتضح فى معظم الحالات أن الأزواج يستعينون فى إخضاع زوجاتهم بالتحقير السيكولوجى .

* واثــق بنـفسه - أو مستــبد

رانيا عمرها الآن يناهز التاسعة والثلاثين . وكان قد مضى على زواجها من صلاح سنة عندما لاحظت أنه متعسف محقِّر نفسياً . قالت : «ذهبنا إلى بيت أخى لقضاء وقت فى ضيافته . وهناك عندما تهيأت للخروج ، قطَّب صلاح وأمرنى باستبدال ملابسى» . وغامت عينا رانيا بضبابة من الألم وهى تستعيد الذكرى ، فأردفت : «لم تقع ثيابى فى نفسه الموقع الحسن ، وقال إنى أكثرت من الزينة . وغضب أخى ، ولكنه لاذ بالصمت . واستبدلت ثيابى وخرجنا لتناول العشاء» .

رانيا تزوجت من صلاح وهى فى التاسعة عشرة من عمرها وكانت فى صف التخرَج من الكلية ، قالت : «أحببت فيه ثقته بنفسه . كان قد تخطى العشرين بسنة . وتبجح بقدرته على تسيير دفة حياته . ولكنه فى الحقيقة ، كان يتساءل بكثير من الاضطراب عن رأى الناس فيه ... فخلف هذه البسمة الواثقة كَمُنَ

إنسان يعوزه الشعور بالأمن والكفاءة .

إن الشعور بالتزعزع ، وعدم الثقة بالقيمة الذاتية يجعلان الإنسان عرضة لتشويه سمعة الغير . ومهما ارتفع الإنسان فى الدنيا ، يكون دائماً آخرون يبزونه سلطة وقدرة ، ويستطيعون تعريته من سلطته .

وهذا ينشئ فى شعور أفراد كصلاح حاجة ضارية إلى السيطرة . قد يكون ، قاضياً ، أو مدير بنك ، ولكن لكى يؤكد سيطرته يحتاج إلى إخضاع زوجته وإرضاخها .

حينما تخرجت رانيا فازت بوظيفة كمعلمة . وكان صلاح يومذاك منتمياً إلى معهد الحقوق . قالت رانيا : « كان يقضى الليل والنهار يطالع ويدرس ، ولكنه شكا من استئثار وظيفتى بوقتى، وحرمانه من العلاقة الزوجية. وطالبنى بالاستقالة» .

« واستبدلت وظيفة التعليم بوظيفة سكرتيرة ولكنى ما كدت أحظى بترقية حتى اشتكى صلاح أيضاً ، فاضطررت مرّة ثانية إلى الاستقالة» وانقطع صلاح عن التذمر والتشكى حينما التحقت زوجته بوظيفة مريحة فى مكتب كبير .

رجال من أمثال صلاح ، لا يتحملون رؤية زوجاتهم يرتفعن فوقهم ، مهما عاد نجاحها عليهما بالفوائد ، ولهذا ما أكثر السيدات اللواتى اضطررن إلى شغل وظائف وضيعة لا تتناسب مع درجة ثقافتهن وكفاءتهن . بيد أن من النساء الناجحات الفالحات من يخترن النجاح على النكد ، والتقدم على التأخر ، فيواجهن أزواجهن بثبات وتصميم ، ولا يترددن عن تركهم إن أيقنّ أنهم يكرهون نجاحهن ، ولا يتحملون انزواءهم فى ركن مظلم مهجور بينما زوجاتهم يصعدن درجات النجاح بخطى وطيدة . إن الثقة التى تشعر بها المرأة فى عملها تعيرها الشجاعة على المجابهة ، وإن أحوجها الأمر على الانفصال .

ولكن بعض النساء يمكثن سنين مع أزواجهن رغم الذلّ الذى يرشقن به ، والهيمنة التى يفرضها أزواجهن عليهن . فلماذا؟ وتشرح امرأة مكتهلة فى الرابعة والسبعين من عمرها الأمر على الوجه الآتى : « كنت موقنة من تحسُّن الحال بعد

مرور وقت » . « كان يمنعني من مواصلة الكلام بالهاتف .. كان يمنعني من استقبال صديقاتي ، كان يأبى أن تزورني أسرتي . وصبرت وصابرت إلى أنْ عيل صبري ، وأصبحت حياتي لا تطاق ولا تحتمل . ومضت السنون وأملي لم ينقطع . أملت في تغير جذري يقلب الشقاء إلى سعادة ، ولكن التغير لم يقع . نما الأولاد ، وكبرنا نحن ، واستمر هو في كَيْل الإساءات لي » .

ورغم ذلك مكثت هذه المرأة . فقد علمت أن زوجها تأذّى بدنيّاً في طفولته ، وأن زوج أمه طرده من البيت وهو لم يبلغ الرابعة عشرة من عمره . وهكذا كلّما حدثتها نفسها بمغادرة زوجها شعرت بالذنب .

* مهمة مستحيلة

الشعور بالذنب هو السبب الأول الذى تبرّر به النساء مكوثهن مع الرجال الذين يسيؤون إليهن جنسياً لاعتقادهن بأن هؤلاء الرجال بحاجة إليهن وتركهم وهجرهم قد يدمرهم .

ومع ذلك ، فإن طول مكث الزوجة ، والجهود التي تبذلها لإصلاح ذات البين ، والتي لن يكتب لها النجاح تصعّب أمر مغادرتها وتجعله أشق على نفسها فالنساء المساء إليهن نفسياً يعتقدن بأن مثابرتهن في جهودهن الرامية إلى إصلاح أزواجهن ستؤتي ثمارها مهما طال الأمر . وأنها بالمثابرة والتغيير بأساليبها ستفوز بأربها فيستقيم زوجها بعد انحراف . ولكن الاعتقاد خاطئ للأسف حتى لو صرّح لها زوجها بأنه تغيّر .

وعلى النساء ألا يلمن أنفسهن لزواجهن من رجل يسئ إليهن نفسانياً . فالنساء لا يكن منتقدات في مراحل الحب الأولى ، حتى لو لمسن الدلائل وأبصرن القرائن في سلوك الرجل . فإنهن يرينها مجرد أخطاء تصدر عنه ، لا طباع متأصلة ، ولا يكتشفن أن هذه الأخطاء هي مشاكل كبيرة حتى يتزوجن من الرجل ويعشن معه تحت سقف واحد .

فوسامته وسحره تطغى على كل شئ ، ولا تعد المرأة ترى سوى الجانب المشرق من الرجل ، وتظن أنه الجانب الأصيل الدائم . ومتى تزوجت تحاول دائماً أن تصغر من سيئات زوجها وتعظم من فضائله ، ولكن تأتى أخيراً المفاجأة ففى غفلة من الزمان تفطن إلى تعاستها ، إلى إساءات زوجها .

قالت منى : « عرفته وأغدق هو علىَّ الهدايا من زهر وورد وحلى . وكان يصفنى كما يصف الرجل أجمل امرأة فى الدنيا وما أن ارتبطنا بعهود الزواج حتى تبدَّل فجأة ، فذهب البريق مخلفاً وراءه ظلاماً دامساً . اختفت الهدايا ، وحلَّت الخشونة محل الليونة . وفى ليلة رجوته أن يرافقنى إلى دار السينما ، فتأجَّم غيظاً وصاح : كفى .. كفى .... مللت التزييف والتمويه ... سئمت تنميق كلمات الحب والهوى! » .

وانهارت دنيا أحلامها بيد أن أبويها خالفاها الرأى وأعربا عن ثقتهما بزوجها ، وصديقاتها أكَّدن مثاليته كزوج . فأيقنت أن أحداً لن يصدق ما تقوله عن قسوته وفظاظته وميله الشديد إلى الإساءة إليها .

قالت : « إنه يجابهنى بالصياح ، يحبُّ أن يكرر رأيه فىَّ بأنى حمقاء لأنى فاخرت دائماً بذكائى . فأنا خريجة كلية ، وهو ليس كذلك . والآن أخذت أعير ضجته أذناً صمَّاء . لم أعد أكترث بتهجماته ، ولا بتجهماته » .

كثيرات أسوة بمنى ، ينفصلن عاطفياً عن أزواجهن المتعسفين ، لأن الانفكاك يقلل من وقع الإهانة والإساءة . بعكس النساء اللواتى يواصلن التشبث بالعلاقة الحميمة ، فهن مع مرور الأيام يداخل روعهن أن أزواجهن صادقون ، وكلامهم لا يقبل الجدل . والزوج هنا يرفض الاعتراف بقوى زوجته ، إن كانت ذكية يقول لها : إنها غبيَّة ... إن كانت جميلة يقول لها : إنها دميمة ، يفعل كل شئ ليبقى سيطرته وسطوته وإذلاله .

والمرأة التى تتحمل حتى النهاية تكون أحطَّ قدوة لابنتها ، فالابنة تظن مما تراه جارياً أن وحشية الرجل طبع عادى مقبول ، وأنه طبع يتَّسم به الرجال كافة .

والابن يتخذ القدوة من أبيه ظناً منه أن الرجولة تقتضى التنمر ، وإلا لما خنعت أمه وذلت . وظناً منه أيضاً أن فى هذا السلوك ضماناً لبلوغ ما يريد من الزوجة .

* الإشـــــارات المـنـــذرة

كيف تعرف المرأة أن زواجها محكوم عليه ، ولا يمكن إنقاذه؟ ولكن ماذا يمكن إنقاذه إن كان الزوج :

ـ ينكر أى مسؤولية عن المشاكل التى تكدّر العلاقة؟ . المسيئ النفسانى يلوم زوجته على طريقة تصرفها ، يقول : « آثرْتِ غضبى» ، أو أنتِ كثيرة الشكوى ، «ولك نقيق كنقيق الضفدع!» .

ـ ينكر أفعاله ، أو لا يعترف برداءتها وسيئاتها ؟. ويقول خبير للزوجة : «إن تكرر قوله أن فعلتك نسيج خيالك ، تبدئين فى الشك بكل ما هو حقيقى!» .

ـ يحطُ من قدر زوجته بتصرفاته الجنسية؟ . وخيانة الزوج تجعل المرأة تشعر بأنها غير فاتنة ، فتفقد ثقتها بنفسها . ورفض الجنس نوع آخر من التعسف .

ـ يرفض بحث المشاكل بعدل ومساواة؟ . فالتعسف المتنمّر يتراجع بصمت أو ينفجر بغضب .

ـ يستعين بالمال للسيطرة على زوجته؟ . نساء كثيرات يُمنعن من العمل أو يكون لزاماً عليهن تقديم راتبهن إلى أزواجهن . والمتعسف فى رأى الباحثين يكون إما شحيحاً بخيلاً وإما مسرفاً مبذراً .

ـ يرفض الاستشارة النفسية ، أو يذهب ليخرج بانتقادات ظالمة يوجهها للطبيب النفسى ، ولا يعود إليه ثانية؟ . وهو يبذل وسعه ليمنع زوجته من اللجوء إلى الطبيب.

والرجل فى بعض الحالات ، الذى يتجاهل احتياجات زوجته ، ربما لا يكون المسيئ النفسى الحقيقى ، قد يكون عادم التفكير أنانياً . والزواج به مؤلم ومعذب ، ولكن الأمل يبقى خاصة إن أظهر الزوج رغبة فى بحث المشكلة . والاستشارة

مفيدة لهذا الرجل لأن أعماله غير مقصودة ولا معتمدة ، على نقيض المتعسف النفسى الجائر الباغى المتعمد «إبقاء زوجته فى مكانها» .

* اكتشاف قوّة جديدة

تصرفى بشكل جديدة يثبت كيانك . إن خفت من التجربة حاولى رغم مخاوفك ، وستجدين بعد قليل أن الخوف تلاشى ، وأن الجرأة ولدت ، أو تمخض عنها زوال الخوف .

- إن رفض زوجك الذهاب معك إلى طبيب نفسانى ، اذهبى وحدك وتحدثى ملياً مع الرجل . وإن اقتضى الأمر استشيرى رجل دين أو رجل دنيا واسع الاطلاع ، مجرب ، مضرس .

- تخيّلى احتمالات جديدة . تكلّمى مع زوجك عن رؤيتك لزواجكما ، وما تتمنينه أن يكون ، دون أن تهاجميه أو تتهميه . صارحيه بما تفكرين به وتشعرين .

- فى مفكرة يومية دوّنى ملاحظاتك عن حوادث معينة ، ماذا قيل ، وجرى . فقراءة المفكرة يساعدك على صياغة مشاعرك بطريقة أكثر وضوحاً . اكتبى ما تعتبرينه هاماً خطيراً ، لك ولحياتك ولزواجك . وما تعتبرينه خطأ ، أو ظلماً ، وما يجعلك ضحية الشقاء والتعاسة . أحيطى بحقيقة مشاعرك ، ليس ما تريدين أن تكون هذه المشاعر . ومتى فهمت بجلاء كنه شعورك ، استطعت التصرف تبعاً لمفهومك وبمقتضى قناعتك .

فى النهاية ، لا بديل لبعض النساء من فصم العلاقة مع متعسف يجرح النفس ويحطّم القلب . ولكن بعد أن يطفح الكيل وتنقطع خيوط الأمل كافة ، ولا يكون للوفاق أى فرصة تجعله يحلُّ مكان الشقاق .

******

متزوجون وعيونهم ضالة !

إن كان يحبُك حقاً ، فلماذا يغازل نساء غيرك؟ سلى رجلاً لعب بالنار .

كثيرون لبُّوا الدعوة ، ووقفت المضيفة قرب الباب ترحب بالمدعوين . امرأة صغيرة السن شاحبة الوجه تتلفع بملابس سوداء ولها ظهر شديد الانخفاض وكانت تقول للوافدين : إنها تحتفل بعيد ميلادها . ورقص المدعوون قرب الكعكة الكبيرة ، وشربوا المرطبات ونظروا إلى أفق المدينة من النافذة العريضة . وشعرت أنى أرتدى البدلة الرسمية ، وعجبت لهذا الشعور فقد كنت فى الحقيقة أشتمل بسراويل الجين وكنزة .

سحر المضيفة كانت تتميز بجاذبية ضاعفت من أناقتها . كانت موظفة فى منظمة الأمم المتحدة ، واسعة الاطلاع ، خبيرة بالسياسة العالمية . ولما تبادلت معها الحديث حاولت أن أبدو عليماً متتبعاً لما يجرى فى الدنيا . ولكن للكلام حيلاً وأخاديع ، يتطور أحياناً فيغدو نوعاً من الغزل ، وتبادل البسمات والاقتراب والدنو . وبدا فجأة كأنى مع سحر كنا داخل شئ وسائر المدعوين خارجه . ولمحت زوجتى تختلس النظر إلينا من بعيد وكأنها تسترقه استراقاً من ثقب المفتاح . وأيقنت أنها شعرت بالانزعاج والقلق .

زوجتى لا تحبّ أن أعابث وأغازل وأنا أسوة بها لا أحب أن أراها تفعل ذلك . والرجل متى شاهد زوجته تطرى أو تتملق رجلاً غريباً تلمُّ بخياله مشاهد مريبة تجمع بينهما ، فيساوره شعور من الغمّ لا يخلو من سورة غضب . والعكس بالعكس . فلماذا يسبب الزوج الألم لزوجته؟ لماذا يغازل المتزوج امرأة أمام زوجته؟ .

* لمـــاذا تخـلق المشـاكل ؟

الأسباب كثيرة ربما لما وقع فى نفسك من حزن بعد ذبول ذكريات العزوبة . فالعزب يسرد حكاياته الغرامية ومغامراته فى مضمار الحب ، فتشعرين بطعنة من الحسد تغمد فى صدرك لأن ما قاله كان ضرباً من المتعة واللهو والعبث لن تتاح لك .

أو ربما فى أسبوع من الأسابيع انصرفت عنك زوجتك ولم تعرك التفاتاً . مضى على زواجك ثلاث سنين ، وما برحت قادرة على إضرام نار وجدك ، ونشلك من وهدة همك ، واستدراجك إلى الخلوة الحلوة ولكنها الآن لا تظهر الود ، بل لا تعبر عن الصداقة المحضة . فلعلها منشغلة بأمر آخر ، أو لعلها أدركت أن الزواج بك كان أكبر غلطة ارتكبتها فى حياتها .

إذن لا مانع من مغازلة امرأة فى حفلة لتوقع الرعب فى قلبها ، أو لتعطيها صورة قاتمة عن حياتها متى خلت منك . وأنت تعرف أن المسعى ينجح إن كانت المغازلة جدّية : يجب أن تجعل وجه سحر يتألق بشراً وسعادة ، وأن يتألق وجهك أيضاً بنور الصبابة .

أو قد تكون ذلك الرجل المتململ المتألم بلا سبب ظاهر ، وتعرف من التجربة أن الغزل يطرد مشاعر الملل والألم . أو قد تكون شككت بفتور شعورك وذبول سحرك وتريد أن تمتحن لتتأكد . ولكن مع امرأة غير زوجتك. فهى تعرفك ، عجمت عودك فى هذه السنين التى أصبحت خلالها جزءاً منها ، ولهذا لا تستطيع أن تستهدفك بموضوعية . ولذا يكون الغزل كالملاكمة مع ظلك ، تتواثب وتلكم ، وتؤدى حركاتك القديمة والجديدة ، وتراقب سحر لتعرف ما استمرأته وارتاحت إليه من محاولاتك ومناوراتك .

أحياناً يكون الغزل بريئاً ، يطلق لسان المرأة من عقاله فيتحول فى آفاق الحديث . بالغزل تعرف الحقيقة عن ظرف سحر ، ووعيها الأخلاقى والأدبى ، وتخترق سجف عواطفها ومدى امتدادها . أنت حظيت بضحكتها الدافئة ، وربما بنظرة من

عينى «مُخدعها» ، وتكونت لديك فكرة عمّا تكون عليه الحياة لو التقيتها قبل التقائك حليلتك .

ناجيت نفسى بقولى أن لا شئ يسفر عنه تغزلى بسحر ، وأنى أحب زوجتى ولا أرغب بتاتاً بإفساد حياتى معها . ولكن ماذا يقع إن فكرت بسحر وأنا فى المكتب؟ ماذا تكون النتيجة إن حفزنى شوقى إلى تقليب صفحيات دليل الهاتف لأعثر على رقم سحر التى سبتنى بابتسماتها وأسرتنى برقة حاشيتها وذلاقة لسانها؟ .

* معارك سببها الغزل

انتهت الحفلة وغادرنا المنزل فنزلنا إلى الشارع والهواء يعبث ببذلتى الرسمية المتخيلة ، كانت زوجتى ساخطة لا تحاول كتم غضبها ، لم تثر ثورة من عضتها عقارب الغيرة ، بل اكتفت بالقول بأنى أربكتها وأفسدت متعة الحفلة لها . حاولت تلكف قلة الاكتراث ، حاولت أن أقنعها بأن ما فعلته لا يخرج عن المعقول المقبول . وقلت : «كنا نتناقل الحديث» ، وأجابت زوجتى : «ثور!» واكتفت .

مشينا صامتين مطرقين ، ثم برزت الأسئلة : الألم والشعور بقلّة الثقة وبقلّة الأمن قتلت سؤالاً : أتظنها تبذنى بجمالها؟ أتظنها تفوتنى فطنة؟ أتظنها تثير المتعة أكثر مما أثيرها أنا؟ وهل سئمتنى؟ فأجبت من فورى : «كلا ... كلا ...» .

ثم شرعت زوجتى تتهكم على سحر : ثوبها عديم الذوق .. حذاؤها البشع .. ضحكتها السطحية الجوفاء .

لقد أشعلت غيرة زوجتى . وأعترف أن الندم لم يخالج شعورى ، وابتدرتها : « ولكنك كنت فى ضبابة لأيام خلت ، نسيت وجودى وأعرضت عنى ... وقد ظننت أنك ... » .

لم تكن المسافة التى مشيناها سارة . محادثتى مع سحر أنتجت خصاماً وملاحاة وأظن أن الخصام الذى يكون سببه مغازلة امرأة ينتهى بأمور كالاحترام المتبادل

والإخلاص لميثاق الزوجية والخصام مريع . ففى إبانه يزول اعتقاد الزوجين بأنهما أحبا بعضهما بعضاً . ولكن الألم المتبادل ، وسواه من الأمور المشتركة الخاصة تنتهى مع انتهاء الحديث . وإن كان الخصام الناجم عن الغزل يستطيع فى نهاية المطاف الجمع بينكما رغم ما حدث ، فيحق لك أن ترحب به لأنه جمع الشمل وقرب بين القلبين . إنى شاكر لسحر ، ولكن فى أفكارى لا بواسطة مكالمة هاتفية .

******

سيدتي هل زوجك يخونك ؟

إذا فعلها .. فكيف تتصرفين ؟...

«الزوج الخائن» هو أعدى أعداء المرأة . إنه فى نظر معظم النساء يستحق كل أنواع الانتقام والتعذيب . والطلاق هو أبسط النتائج التى تنجم عن الخيانة الزوجية ، وهو أفظعها أيضاً . ولكن هل هو الحل الشافى لمشكلة الخيانة؟ ... هل ستجد الزوجة فى الطلاق خلاصاً لعذابها وشفاء لجرحها العميق؟ هل الطلاق أقل إيذاء لها من الحياة مع زوج خائن؟ ...

من ناحية ثانية هل يمكن أن تكون الزوجة بريئة من المسؤولية ؟ .. بمعنى آخر : ما هى مسؤوليتها حول الأسباب والعوامل التى دفعت زوجها إلى الارتماء فى أحضان امرأة أخرى؟ .. إذا اكتشفت «لا سمح الله» أن زوجك يخونك ، يجب أن تعدى إلى المائة ، ثم تقرأى هذا البحث ، الذى هو خلاصة آراء الاختصاصيين ، ثم تقررى ماذا ستفعلين ! .

* « .... سأطرده ، بل سأقذفه إلى الخارج قذفاً ، ولن أسمح له بالعودة ما لم أتأكد تماماً بأنه تخلص من تلك المرأة وطردها من حياته ، وربما لن أدعه يعود إلى المنزل إلا بعد فترة طويلة حتى يفهم معنى العذاب والإهانة ..»

* « .... الويل له إذا ثبتت خيانته لى . أول شئ سأفعله ، هو أن أحزم بعض المتاع وآخذ الأطفال وأهجر المنزل ، ولن أرضى مطلقاً أن أنام معه تحت سقف واحد ولو ليلة واحدة . والشئ التالى هو الاتصال بمحام قدير لأحصل على الطلاق فى أقصر وقت ممكن ....» .

* « .... سأخونه مثلما خاننى ... وسأرد له الصاع صاعين . سأجد لنفسى رجلاً آخر وأنام معه على نفس السرير! ...» .

* « .. لن أفعل شيئاً يستحق الذكر! .. سأطلب الطلاق فوراً.. وسأخونه أيضاً ، ولكن مع من؟ ... ليست هناك مشكلة .. مع أول رجل أصادفه فى طريقى .. » .

هذه نماذج من أجوبة عدد كبير من الزوجات طرح عليهن السؤال التالى : «ماذا ستفعلين إذا عرفت فجأة أن زوجك يخونك؟...» .

وهو السؤال الذى كان العمود الفقرى فى استفتاء أجراه معهد الصحة العقلية فى نيويورك ، وشمل نساء يمثلن كافة نماذج المجتمع ، الغرض منه معرفة ماذا يمكن أن تفعل المرأة الأمريكية إذا اكتشفت أن زوجها يخونها ؟.

لقد كانت أجوبة الزوجات متشابهة إلى حد كبير ، وتبين أن معظمهن سيقدمن على تصرف سطحى سريع وفورى ، دون أن يعطين مثل هذا الأمر الخطير أية نسبة من التفكير السليم . وقال تقرير المعهد المذكور الذى صدر عقب دراسة الاستفتاء : «إن ردود الفعل عند كل الزوجات تقريباً كانت نتيجة الكبرياء المجروحة . وأن نقطة اهتمامهن كانت الشعور الفورى الذى انبثق فى أعماقهن كالزوبعة أكثر من الاهتمام بالمشكلة نفسها . كما انكشف الأمر عن عدم وجود استعداد للاهتمام بكافة الحلول المختلفة وعن عدم القدرة على التفكير الحكيم ؛ لذلك فنحن نشعر أن ما سيقدمن عليه ـ والسوابق تثبت ذلك ـ هو عمل هدام يوازى خيانة الزوج» .

لاشك أن من الطبيعى أن تنصدم الزوجة وتتحطم نفسيتها وتنجرح كبرياؤها حين تكتشف خيانة زوجها لها مع امرأة أخرى . إن شعورها بنفسها كأنثى وكزوجة وكشريك فراش سيتحطم بصورة مفجعة ، لهذا فهى تقرر إما الطلاق وإما الارتماء فى أحضان رجل يحبها ، أو كلا الأمرين معاً . بيد أن تصرفها على هذا النحو ربما سبّب لها ، على المدى البعيد ، من الأذى أكثر مما سيسببه لها من النفع ... هذا إذا كان ثَمّة نفع فى تصرف خال من الفطنة والحكمة .

إن واقع الحياة ملئ بقصص مريرة سببها تصرفات انفعالية طائشة تتعلق بموضوع الخيانة والطلاق والمطلقات . ولنسمع معاً ما قالته مطلقة شابة لم تتجاوز الخمسة والعشرين ربيعاً ، وأم لطفلين ، تعيش معهما الآن فى نيوجرسى «بعد أن

حدث ما حدث ، وبعد أن اكتشفت أن جونى قد خاننى، كان جل همى أن أتخلص منه ، ولم أكن أتصور قط أننى قد أتراجع عن هذه الفكرة . ولكن عندما تسلمت أوراق الطلاق ، عندها فقط أتيحت لى فرصة لكى أفكر بصفاء أكثر ، وحين وضحت أمامى الصورة بكل أبعادها ، تيقنت أننى اقترفت خطأ كبيراً. طبعاً كان جونى هو الذى دفعنى إلى ارتكاب هذا الخطأ الجسيم ، لكننى لا أزال أحبه ، وأعتقد أننا نستطيع أن نرأب صدع زواجنا ، إذا لم يكن هناك استعجال لإنهائه ... » .

... إنها الآن تتقابل مع جونى مرة كل أسبوعين ، حيث يأخذ الأطفال فى نزهة يوم الأحد ، وهى تأمل أن يتزوجا من جديد فى وقت ما .

* الزوجة مسؤولة أيضاً

إن أول شئ تفكر فيه المرأة حيال زوجها الخائن هو ما قالته هذه المطلقة الشابة « لقد دفعنى إلى الخطأ » . فهى تعتقد أنها ضحية بريئة ، وأنها مظلومة مغلوبة على أمرها . والشئ الذى تفشل عن إدراكه هو أن الخيانة الزوجية ليست بهذه البساطة . صحيح أنها كانت مخلصة برابطة الزواج المقدس ، بغضها النظر عن المشاكل التى لو أثارتها لكان زواجهما سلسلة من الفضائح والمهاترات ... صحيح أن زوجها قد أساء إلى العلاقة الزوجية بإشباع رغبته من علاقة محرمة .. ولكن ما ليس صحيحاً أن الزوجة لا حيلة لها إزاء الوضع الذى جعل الزوج ينصرف عنها إلى امرأة أخرى .

إن كل خبراء الزواج لا يبرئون ساحة الزوجة من المسؤولية ، ويجمعون على أن كلا الزوجين يتقاسمان مسؤولية الخيانة الزوجية إلى حد كبير . إذ يقول الدكتور فرانك س . كابريو ، الطبيب النفسانى المشهور فى واشنطن : «بعد أن شهدت مئات من حالات الخيانة الزوجية ، أستطيع أن أؤكد أن هناك مسؤولية مشتركة ثابتة فى أغلب الحالات ، بشكل يفوق كثيراً المسؤولية التى تلقى على عاتق طرف واحد ومع أن أحد الشريكين هو الذى يجب أن يلام أكثر من الآخر ، إلا أن اللوم لا

يقع على أحد الشريكين بصورة قاطعة ، بل هو رهن بظروف وملابسات كل حالة على حدة » .

* خيـــانـة نمـوذجـية ...

أمامنا الآن حالة نموذجية من حالات الخيانة الزوجية ، بطلاها : سمير ودعاء ، وهما زوجان . كانت دعاء نسخة ثانية من أمها ... من ذلك النوع المشاكس المتغطرس والمتميز بحب السيطرة والمسلك العدائى ، إذ كان دأبها أن تحط من قدر زوجها لتشعره بالنقص وصغر الشأن . وبما أن سمير لم يكن على جانب من قوة الشخصية التى تمكنه من إيقافها عند حدودها فقد وجد الخلاص بالهرب منها والارتماء فى أحضان نساء أخريات .. فكانت له مغامرات وفضائح كثيرة مع الفتيات العاملات فى مصنع تعليب اللحوم الذى يعمل فيه . واعترف صراحة فيما بعد أنه لم يكن يحمل أية مشاعر حقيقة نحو أى من تلك النساء العابرات .

وقال موضحاً علاقته معهن : « لا أعرف كيف أعبر عن ذلك تماماً ، كل ما أستطيع قوله هو أنهن أتحن لى فرصة احترام نفسى واستعادة الثقة بها ... جعلننى أشعر شعوراً طيباً تجاههن ، وهن لا يزعجننى أبداً ولا يبدر عنهن ما ينغص حياتى . ويعقد نفسى » .

وما أن سمعت دعاء بأنباء خيانة زوجها لها ، حتى صدرت عنها سلسلة من ردود الفعل الطائشة ، وانطلقت تهدم بجنون البقية الباقية من العلاقة الزوجية الواهية ، ولكن أصدقاءهما ألحوا عليها بضبط أعصابها فى محاولة لإصلاح الأمر ، كما ضغطوا على الطرفين مقترحين استشارة خبراء الزواج ، وذلك من أجل طفلهما الذى لا يتجاوز السنتين من عمره .

وأخيراً استجابا لوساطة الأصدقاء والتحقا بعيادة نفسية تُعْنَى بمشاكل المتزوجين ، ودامت فترة المعالجة ثلاثة أشهر . وكانت النتيجة أن دعاء أدركت ، بشكل لا يقبل الجدل ، دورها هى فى دفع زوجها إلى خيانتها . أما سمير فقد قطع عهداً بألاّ لا يعاشر أية امرأة أخرى خلال الفترات العصيبة التى يمكن أن

تطرأ على حياتهما المشتركة . وهكذا عادت المياه إلى مجاريها، عندما توفرت الرغبة فى إعادتها .

* ما الذى يدفع المتزوجين إلى الخيانة ؟!

عندما تواجه الزوجة بخيانة زوجها لها ، تراها تفكر فى معظم الأحوال على هذا النمط : «لقد ملّ منى .. سئم من معاشرتى» . «لقد وقع فى حب امرأة أخرى» . «لا يهتم إلا بنفسه وبإشباع رغباته» . «إنه لا يدارى مشاعر الآخرين وبما يمكن أن تسبب تصرفاته من أذى لغيره» . ولكن ما أبعد هذه التكهنات عن صميم المشكلة التى تفشل معظم الزوجات فى الإحاطة بها . ذلك أن معظم الأزواج الذين يخونون زوجاتهم يعانون من القلق حول مشكلة ما ، ويكبتون مشاعر نقص قوية .

وهذا يتفق مع ما جاء فى تقرير لوكالة الخدمات العائلية فى ما نشستر ببريطانيا من أن «الخيانة الزوجية هى عادة محاولة لا طائل منها لإرضاء مشاعر خائبة (النفور الزوجى ومشتقاته) . ويعانى من يقدم على الخيانة الزوجية (هو أو هى) من شعور بالرفض ذاتيا ، بسبب عقدة نفسية ، أو شعور بالنقص وانعدام الثقة ، أو بسبب عدائية الشريك الآخر؟ ولهذا يتجه إلى تأكيد ذاته وإعادة اعتباره عن طريق إقامة علاقة مع شخص آخر » .

وبمعنى آخر مبسط : الرجل الذى ينام فى فراش امرأة أخرى ، لا يعنى دائماً أنه لا يحب زوجته ، بل كثيراً ما يفعل ذلك لأنه لا يحب نفسه ، أو بالأحرى يعانى من متاعب نفسية داخلية قديمة العهد تجعله يهرب من زوجته (ولكل حالة أسبابها الخاصة) ويرتمى فى أحضان امرأة أخرى ليشعر مع نفسه بصورة أفضل ، وليحقق ذكورته واعتباره المفقود فى عش الزوجية .

* الفرق بين الخيانة وعدم الحب

ويورد بعض خبراء الزواج وجهة نظر مهمة أخرى مفادها : أنه بسبب بعض الاعتبارات فإن الخيانة الزوجية هى أشبه ما تكون بمحاولة الانتحار . إنها بمثابة صرخة (عملية) لجذب الانتباه والتنفيس عن التذمر من وضع ما . إنها صرخة استغاثة ، لسان حال صاحبها يقول : «انظروا كم أعانى من متاعب مرعبة فى زواجى هذا! إننى أحتاج للمساعدة .. إنه لولا كذا وكذا .. لما ارتكبت الخيانة» .

يُسْتَنْتَجَ من كل ذلك ، أن الخيانة الزوجية أمر فى غاية التعقيد ، وغالباً ما يكون الزوجان مسؤولين عنها ، وغالباً ما يكون الشريك المتورط بها ، وهو الطرف الخائن ، على جهل تام بالقوى العميقة والعوامل الخفية التى تسوقه لارتكاب الخيانة .

هذا هو الواقع الذى لو عرفته الزوجة لما ذهبت إلى مكتب محامى الطلاق .. لكانت قد تريثت وحكّمت العقل فيما ستفعل ، طبعاً إذا لم توجد أسباب وأخطاء مزمنة متراكمة تجعل استمرار الزواج أمراً متعذراً .

ثم عندما تَـقْدم الزوجة على معاقبة زوجها بخيانته كما خانها ، فإنها تكون قد تنكرت للمنطق والأصالة والحكمة ، فالانتقام لا يحل المشكلة ، بل يؤدى إلى العكس تماماً : إنه يزيد الأمور تعقيداً ويعمق من الجرح .

فقد قالت مطلقة : كان لزوجها علاقة بممثلة ناشئة : «لو أننى عالجت الأمر بهدوء وتعقل ، لأتيحت لنا فرصة التفكير بحلول أفضل لا تنتهى بنا إلى الفاجعة ، ولكن عندما حصلت على الطلاق كان أول ما قلته لنفسى : ما هو مسموح له يجب أن يكون مسموحاً لى أيضاً..» .

وبالفعل نفّذت هذه المطلقة ما صممت عليه ، فقبلت دعوة مدير مكتب الشركة التى تعمل فيها ، وكان يغازلها بين حين وآخر ، وعزمت على الذهاب معه إلى الفراش عند أول مناسبة ... وسرعان ما سنحت الفرصة . ودامت علاقتها الغرامية به أكثر من أسبوع ، أدركت خلاله ما الذى حدث مع زوجها وخلق الأزمة العاصفة والبلبلة فى سوء الفهم المتبادل : لقد تحطمت الزيجتان ، زيجتها

هى، وزيجة مدير الشركة الذى مكنته (هى) من أن يخون إنسانة أخرى هى زوجته.

وأضافت هذه المطلقة قائلة : «ولم يتوقف الأمر عند هذا الحد ، فبينما كنت أدور فى هذه الدوامة المجنونة ، كنت أدّعى أنه أمر رائع ، وكان هذا كذب محض ، أداوى به كبريائى الجريحة . كنت أكذب نفسى بنفسى ، حيث لم يفارقنى الشعور بالكآبة والحزن العميق ، وكنت أشعر بحقارة وشناعة لا حد لهيما » .

* كـيف يجـب أن تتصـرف زوجـة « الخـائـن » ؟!

يقدم خبراء الزواج بعض الاقتراحات التى يتحتم على الزوجة التى تكتشف خيانة زوجها لها ، أن تأخذ بها لتتجنب وقوع الكارثة :

١ـ اضبطى أعصابك وتقبلى الحقيقة الجارحة ، ولا تدعيها تدفعك للقيام بأى عمل قد تندمين عليه كثيراً فيما بعد .

٢ـ حاسبى نفسك بكل عمق وبجرد وبأقصى درجة ممكنة من النزاهة . قد لا يكون الأمر سهلاً ، ولكن مصلحتك أنت توجب عليك التفكير بالأسباب التى دفعت زوجك إلى الارتماء فى أحضان امرأة أخرى : هل كنت تقللين من شأنه؟ ... هل تعاملينه بشراسة وغضب وكراهية؟ ..

٣ـ هل هناك تقصير فى توثيق العلاقات الزوجية؟ .. هل كنت تبذلين جهداً كافياً لكى تحققى لك وله انسجاماً جنسياً؟ .. هل كنت ضعيفة الاستجابة لرغباته؟ .. هل أنت باردة جنسياً؟ ... هل تهمـلينه على حسـاب شـؤونك الخـاصة أو بسبب الأطفال أو الوظيفة؟ ... هل أنت مستهترة بمظرهك وأناقتك وطرق ممارسة الحب ، كمّـاً ونوعاً؟ .

٤ـ بادرى إلى استشارة خبراء الزواج ، فالخيانة هى واحدة من أعراض «أمراض الزواج» شأنها فى ذلك شأن بقية الأمراض التى تصعب معالجتها من قِبَل طرف واحد ، كما ليس بوسعك ، ودماء الجرح تغلى فى أعماقك التأكد بصورة واقعية ، من أنك تعالجين الوضع بطريقة بناءة وإيجابية . كما أن كل

حالة لها ظروفها الخاصة التى تصعب الإحاطة بها فوراً . فالخبير ينظر إلى مجمل الزواج وإلى العلاقة ككل فيستطيع تبين نقاط الضعف ونقاط القوة فى الزواج .

وأخيراً يقول مدير مؤسسة الخدمات العائلية فى شيكاغو : «لقد وجدنا أن الخيانة الزوجية تعنى عدة أشياء عند الناس ، وهدفنا هو مساعدة الزوجين على تفهم وضعهما الخاص لإيجاد الحلول المرتكزة على هذا التفاهم» .

******

زوجي خفر عهدي .. كيف تتصرفين إذا ما خانك زوجك؟

قصة من ثلاث نهايات .

وقع ما لم يكن في الحسبان ، وعلى سهام الآن أن تقرر ما تفعله : أتفسخ الزواج؟ أتصمت؟ أم تكافح لتحتفظ بزوجها أي سبيل تختار ؟ أي سبيل تختاري أنت؟ .

بكّرت في اللجوء إلى الفراش بسبب ما انتابها من صداع ، واستيقظت في العاشرة ليلاً وقد زال صداعها ، ورفعت المسماع لتستوضح مكتب المعلومات الجوية عن حالة الطقس المتوقعة في اليوم التالي ، ولكنها ما كادت تضعه على أذنها حتى تناهى إلى سمعها صوت زوجها ، كان يتكلم في الجهاز الثاني الموجود في الصالون السفلي . فأصغت للحديث بذعر وهلع ، فقد كان يتكلم كلام حب مع امرأة ، ومن كلامه وكلامها أيقنت أن بين الاثنين علاقة متينة متأججة .

البداية

أريد أن أحدثك عن عاطف ومروة ، زوجان من الطبقة الوسطى يناهزان الخامسة والثلاثين ، ولهما طفلان . كان قد مضى على زواجهما ١٢ سنة سعيدة - في نظر مروة على الأقل - عندما حدث وتورط عاطف بحب امرأة أخرى . مروة قالت: في كل مناسبة إنها تلغي زواجها إن خانها زوجها وتطرده من بيتها ، ولكنها في تلك الليلة السوداء عندما اكتشفت مصادفة خيانة زوجها وغدره بها ، وجمت واحتارت . فماذا تفعل؟ وأي طريق تنهج؟ .

مشكلة عاطف ومروة مؤلمة حقاً . لقد عرفت الكثيرين من الذين وجدوا أنفسهم على مفرق طريقين . وأعرف أيضاً أن لمروة ثلاثة طرق ، وأن لقصتها ثلاث نهايات مختلفة .

* ارمـــى بالــوغد إلـــى الخـــارج .

مروة تعلم أن الخيانة ليست حدثاً نادراً لم يسمع به فى الزيجات الحديثة ولكنها ليست من بعض النواحى امرأة عصرية ، ولم ترغب من جميع النواحى فى زواج عصرى ، ولهذا لزمت البيت واعتنت بولديها ، ودبرت أمور بيتها ، وطهت ، وأحبت زوجها ووثقت بإخلاصه ، ووثقت بحب عاطف لها .

عاشا كمحبين وكصديقين حميمين ، وكان بينهما شئ رائع شئ خاص لا يقدَّر بثمن .

وقالت مروة : «وهذا ما دمَّرته وحطمته يا عاطف . كان بيننا شئ خاص رائع فعملت على تدميره! » .

فأجابها: «لعله لم يكن بالشئ الخاص الرائع، وإلا لما كانت له هذه النهاية!» .

قالت : «لماذا تقول لى هذا الآن؟ كان جديراً بك أن تخبرنى من قبل ، وليس بعد الاحتيال والكذب والخداع» .

قال : «حاولت ، ولكنك أبيت أن تصغى» .

قالت : «أو لعلك لم تحب أن أصغى ، لأننا لو تمكنا من تسوية الأمور لما وجدت أى عذر لاستمرارك فى معاشرتها» .

وتهزُّ مروة رأسها بيأس . فكيف يتسنى لها إقصاء صورة عاطف ومعشوقته عن مخيلتها ، كيف أن ما كان بينها وبين عاطف كرره فى غفلة عنها مع امرأة سواها؟.

وقال عاطف إنه راغب فى فصم علاقته بتلك المرأة ، إن استطاع هو ومروة ترميم ما انهدم من زواجهما . غير إن مروة تشعر بأن ما انصدع محال أن ينجبر . فهناك ثقة مطعونة فى قلبها . فى تلك الليالى عندما كان يتصل بها ـ ذلك الأفاك

ـ ليقول بأنه تأخر عن آخر قطار من نيويورك ، وفى نهاية ذلك الأسبوع الذى سافر فيه إلى أحد الأماكن لعمل ما ، اعترضت لأنها لما طلبته ليلاً فى الفندق لم تجده، زعم وأقسم أنه نزل فى فندق آخر ، وأنه قال لها ذلك قبل رحيله .

كان هيناً على عاطف أن يخدعها لأنها صدّقت كلامه دائماً . فكيف تستطيع الآن أن تستعيد تلك الثقة؟ .

بيد أن شيئاً أكبر من الثقة قد تحطم .. شيئاً اعْتُقِدَ بوجوده فى عاطف : الإخلاص ، والشرف ، والقوة .

وطال الحديث بينهما .. ومما قالته : «حسن ، واجهت التجربة والإغراء ، كل إنسان يواجه التجربة والإغراء . أنا واجهتهما . ولكن لا تأخذ دائماً ما تريد ... ابتعد ... ابتعد .. لتسلم!» .

الزواج فى نظر مروة وعد مقدس يتضمن «التخلى عن الجميع» ، وبنكث عاطف الوعد غدا فى نظرها رجلاً ضعيفاً مُطْلِقًا العنان لأهوائه ، منغمساً فى عملٍ ينافى الشرف .

فكيف يتسنى لها أن تستعيد احترامها له ؟

إلا أن الضرر لا ينتهى هنا ، فمروة أصيبت بصدمة قاصمة ، بأذى بالغ ، بمذلة ، بهوان ، بخيانة عظمى . وقالت له : «ألدّ أعدائى لم يفعل هذا بى ... أما أنت ، حبيبى وأعزّ صديق لى (فعلت ما يحجم عنه العدو اللدود!) .

الرجل الذى قال لها : «أنا أحبك» نجح أيضاً فى تمزيق قلبها وإذاقتها من العذاب ما لم تعرف له مثيلاً . فكيف يمكن أن تشعر ثانية بأنه يحبُّها؟

ما زالت تحب الرجل والزواج ، ولكنها تشعر أن الرجل والزواج قد ماتا ، وتشعر أيضاً أن البقاء معه معناه القبول بعلاقة واهية ، خاوية ، متقلصة . وتختار الانفصال ، تختار إلغاء الزواج .

وتمّ الطلاق . ومرّت سنون ثلاث . مروة الآن تُعلّم فى مدرسة ، وتكافح مشاكل

كثيرة : ضيق ذات اليد ، تربية الصغيرين والوحدة . الرجال الذين التقت بهم كانوا إما من المطلقين ، أو ممن قضوا زهرة العمر عزاباً، يتألمون لأقل سبب بأى شكل من الأشكال . ومع ذلك فقد طلب اثنان يدها ، اثنان أيقنت من أنهما لن يغدرا بها .

ولكنها تريد الرجل الذكى الخفيف الظل ، المحب للجنس ، كعاطف . تريد رجلاً يحب السينما ، والأولاد ، والكلاب ، والطعام ، كعاطف . تريد رجلاً يحب القرب والألفة ، كعاطف . وما زالت مروة تفتش . ما زالت تطلب ذلك الرجل المحقق لحلمها .

النهاية الثانية

* تجاهلى المصيبة وتمنى أن تتضاءل وتُنْسى

لما واجهت مروة الواقع الرهيب نجد أنها عاجزة عن فسخ الزواج ، فثورتها التى لها ما يبررها ، وعزمها على إقصاء عاطف اصطدم بثلاث عقبات كما شرحت الوضع لصديقتها نيرمين .

قالت : «فى الدرجة الأولى ، الصغيران يحبّان أباهما ، والطلاق يحطمهما ويهدم صروح أمالهما» . «الأمر الثانى ، أنا مرغمة على الاعتراف رغم ما بدا منه ، بأنى ما زلت أحبه » «وأعرف عدداً من الأمهات المطلقات اللواتى يعانين الأمرين فى حياتهم» .

ولهذا ، فإنها حناً بولديها ، وحباً لزوجها ، وقلقاً من المستقبل ، قررت مروة الإبقاء على العلاقة الزوجية . كما قررت أن أنجح طريقة تحفظ بها كرامتها أن تكتم عنه ما اكتشفته من علاقته الأثيمة .

وشرحت موقفها لنيرمين ، قالت : «إن أطلعته على ما علمته يترتب علىّ أن أوجه إليه إنذاراً ، سأقول : توقف عن رؤيتها ، وإلا فأعتبر أن ما بيننا قد انتهى» . ثم إن لم يستجب واستمرت علاقته بها ، أضطر إلى تنفيذ ما عزمت عليه من فصم علاقتى به بالطلاق .

وهكذا ، بدلاً من إثارة الضجة ، أخذت تضفى على الحياة البيتية أنواعاً من البهجة ، وتعتنى بمنظرها ، وتخفض من وزنها وتقيم الحفلات والمآدب . لا ترفض شيئاً وهما فى الفراش . وتتجنب كل أسباب الخلاف . ظناً منها بأن هذا التحول سيعيد إليه صوابه ، فيفئ إلى نفسه ويسترد شخصيته السابقة التى دمرها بعلاقته وخيانته .

فى غضون ذلك كان عاطف فى حياته البيتية إما ممتعضاً أو بعيداً فى أفكاره . وعلى نقيضه كانت مروة لا تدخر وسعاً فى تلطيف الجو وتنقيته ، لعلها بذلك تسترجع ما فقدته من حبه وحنانه .

مـروة : « ليلة قمراء عليلة الهواء ، فَـلِمَ لا نخرج فى جولة قصيرة؟ » .

عاطف : « لا . يجب أن أنهى التقرير » .

وتحيطه مروة بذراعيها وتقول : « أنت تجهد نفسك يا حبيبى ، يجب أن نلهو معاً » .

ويقطب عاطف حاجبيه ، ويتخلص من ذراعيها بنفور ، ويطأطئ رأسه ، ويجلس ، ثم يفتح حقيبته .

ولا تتمالك مروة نفسها من الظن بأنه نال الكافى من الحب فى ذلك اليوم ، ولهذا اضطر إلى إتمام أعماله فى البيت ، وتتألم ، وتود لو ارتكبت جريمة . ومع ذلك وبكثير من العذاب تكبت ما انتابها من مشاعر الحزن والقهر ، وتبتسم ابتسامة مغتصبة .

ولكنها ليست دائماً متحكمة فى أعصابها ومشاعرها ، فغيرتها حولتها إلى جاسوسة ... أخذت تراقب عاطف ، وتكتشف أنه ليس فى المكان الذى ذكره .. اكتشفت أنه يردف الكذب بالكذب . وفتشت جيوبه وأدراجه ، ودفتر عناوينه بحثاً عن صورة لمزاحمتها ، أو عن اسمها .، وعرفت أين تقطن فشرعت تذهب فى سيارتها لترى إن كانت سيارة زوجها هناك . وقالت وهى تحدث نيرمين وتبثها أشجانها : «إنى أصبحت ماهرة فى التجسس عليه ، وأكره نفسى لهذا السبب!» .

وتكره زوجها فى أوضاع وحالات كثيرة ، ولكن المواجهة لن تجديها نفعاً كما أيقنت ، والأفضل إرخاء الحبل له! وإفساح المجال ، ولن يلبث أن يملّها ويهجرها هى تعرف أن عاطف بطبعه رجل أسرة ، ، ولن يعتم أن يندم ويعود بشخصه وفكره إلى أسرته . فلتبذل إذاً أقصى الجهد لتقرّب عاطف من بيته وأسرته ، تتجنب إرغامه على اختيار أمر من أمرين ولتخنق ثورتها المندلعة فى أعماقها ، ولتلذ بالصمت .

ولكنها اكتشفت أنها رغم صمتها ، يبرز غضبها أحياناً فى أشكال متعددة ، فى ممارسة الحب ، فى لهجتها ، فى نظرتها الغاضبة ، فى منافسة تبدأها هى .

وتقول لصديقتها : «لا أجهل أن هذه الطريقة لا تعيده إلىّ . وأظنها أحياناً طريقة تزرع بذور الشقاق على المدى الطويل وتزيده بعداً على بعد ، ولكنى أفزع من الفراق ، وأحاول بكل ما أوتيت من قوة أن أكون أكثر ليناً وتسامحاً» .

وهذا جعله يسيطر علىّ ، فتتقلص شخصيتى أمام شخصيته المستمرة فى التمدد والاتساع . أصبحت كالجارية ، فخوفى من فقده أفقدنى نفسى وذاتيتى ، وهذه ليست الطريقة المثلى لاستعادته .

لقد غلب اليأس على مروة ، وكانت وهى وحيدة تذرف الدموع الساخنة . وزاد من لوعتها الصعوبة التى كابدتها فى محاولتها للسيطرة على نفسها ، ولكنها واثقة بأنها إن أحكمت السيطرة فازت بضالتها ورجعت المياه إلى مجاريها ، ورفرفت أجنحة السعادة من جديد على منزلها .

إن استطاعت الاستمرار ... إن استطاعت الاستمرار .. وما أصعبها من محاولة تهيض الجناح ، وتجعل من حياتها جحيماً .

* المـــواجهــة والتغـيـيــــر .

مضت شهور على اكتشاف مروة الخيانة ، وما زالت تخاف من انهيار الزواج لعدم وجود ما ينقذه . لقد واجهت عاطف بالحقيقة وهى توبخه وتصيح وتبكى ، وانتظرت أن يتقدم منها معتذراً مستسمحاً .

ولم يفعل هو ذلك ، وانتظرت هى أن يعترف بسوء فعله ، ويحسن تصرفها ، ولم يفعل ذلك ، بل إنه يقول : بأنه رغم رغبته فى التخلى عن المـرأة الأخرى ، إلا أن مآخـذه على الزواج لا تحصى . وهى بالذات . مهـدت الطريق إلى تعلقـه بامرأة غريبة ، ولهذا لابد من حدوث تغييرات ما قبل أن يعود إلى رحابه ويلتزم بعهوده .

وقالت مروة : «ولكننى ظننت أننا كنا سعيدين!» .

وقال عاطف : «ظننت ما أردت أن تظنى!» .

وقالت مروة : «أريد أن تعود الأمور إلى سابق عهدها» .

ويقول عاطف : «لا أريد ، لأننا بعودتنا ، لا يعود الزواج!» .

وشدهت مروة . شدهت لأنها قررت أن تعفو عنه ، ولكن فقط عندما يخضع ويرتمى على قدميـها مستغفراً . وبدلاً عن ذلك هـا هى ترى الحانث ، الكاذب ، الخائن يزعم بأن شكاواه لا تحصى .

وشكواه بأنه يأتى فى المرتبـة الثامنة من لائحة الأشـيـاء الهـامة لهـا قبل دروس الرياضة ولكن بعد اسم أخيها .

وشكواه مما تطلبه من مال وجنس . الكثير من الأول والقليل من الثانى .

وشكواه بأنها تعتبره أقلّ منها مكانة . وشكواه بأنها ترغب فى إراقة السحر على أى غريب ، ولا تعطيه إلا غيضاً من فيض فى المنزل .

مروة : «وأنت جازفت باثنتى عشرة سنة زواج لمجرد شعورك بالامتعاض؟» .

عاطف : «لا يا مروة ، جازفت باثنتى عشرة سنة زواج لشعورى بأنى منبوذ ، غير مرغوب فىّ مخَـيَّب ، لا قدر لى ، وحيد مستوحش!» .

مروة : «هذا كلام مخبول ، مستحيل أن تشعر بهذا الشعور المنحرف!» .

عاطف : «عندما تقولين : إنى لا أشعر بما أقف هنا وأقوله عن شعور ، فلا أرى أى قبس من أمل لهذا الزواج» .

مروة توغّر صدرها غضباً لما سمعته من شكاوى زوجها التى تذرّع بها كمبرر لخطيئته . وعاطف فى نفس الوت منصرف بكل قوته إلى الدفاع عن نفسه ضد اتهام مروة وألمها وإحجامه عن بذل أى محاولة للتخفيف من شقائها . وانقطعت الأسباب بينهما ، وقلّ الكلام المتبادل لئلا يكون فيه ما يزيد الحالة سوءاً . وبدا أن الزواج أخذ ينحدر إلى الهاوية ، وهكذا قررا أن يلوذا بعالم نفسانى .

وها هما هناك فى عيادة الرجل .. حيث يجرى كل منهما كشفاً عن توقعاته من الزواج . حيث ينظر كلاهما إلى الفرق بين ما أراداه وما نالاه .

حيث بشيء من التريث أخذا يحيطان اللثام عن خيبات أمل مريرة ، واستهجانات دفينة . حيث ينقبان عما يمكن ، وعما لا يمكن تغييره ، وقبوله ونسيانه ، والتغاضى عنه ، والصفح عنه ، فى زواجهما .

زواج توقع ـ هو ـ أن يعتلى القمة فى لائحتها فى كل وقت وعلى الدوام .

زواج توقعت ـ هى ـ أن تكون مقبولة عاطفياً ومالياً .

زواج ينال منه أقلّ عاطفة ، وأكثر مطالب مما انتظر .

زواج نالها منه واجبات ومسؤوليات كثيرة ، وحب أقلّ مما انتظرت .

زواج يمتعض فيه من قلّة اكترائها بعمله ، ومن أمور أخرى .

زواج تمتعض هى من قلّة اكترائه بأخيها ، ومن أمور أخرى .

زواج يشعر فيه ، وتشعر فيه أن معظم المشاكل هى من أخطاء الآخر .

وتقول مـروة : «ولكن ربما تستطيع إسقاط كلمة «أخطاء» .

* عــلى مفــرق طــريقـــين

فى كل مرّة تبادلت الحديث مع مروة وأمثالها ، أكون دائماً ساعية إلى إنقاذ الزواج ، أكون دائماً راغبة فى أن تبذل هى جهدها ويبذل هو جهده : من أجل نفسيهما ، أن يفعلا ما فى وسعهما لرأب الصدع ، والإبقاء على الزواج ، وبالتالى توفير السعادة لأولادهما ، فى شعورهم شرخاً لا تندمل جراحه .. دائماً حاولت الحفاظ على الاندماج ، والكينونة الواحدة التى اختارها وتعهدا بحمايتها حتى النهاية .

وأنا أدرك بأن ليس كل زواج يجتاز العقبات . إنى أعترف أن الزواج فى حالات معينة يجب أن يموت ، ولكنى أعتقد أنه قبل أن يموت يتوجب على الزوجين أن يحاولا إنقاذه من حالته المتردية .

وهكذا ، بينما أنا متفهمة الحافز الذى يحثّ مروة على إلقاء «الوغد» إلى خارج البيت ، لا أستصوب فعلتها إن نفذتها قبل أن تحاول . يجب أن تنظر عبر غضبها وألمها . وأن تنظر عبر رغبتها فى معاقبته . أن تنظر عبر ثورتها الخلقية ، وكبريائها الجريحة . أن تسأل نفسها بصدق ، إن كانت رغم ما حلّ بها من نقمة تحب أن تبقى زوجة عاطف .

وإذا كان الرد إيجابياً ، لا أظن أنها ستنفذ وعيدها ، أو أنها ستكتم معرفتها بعلاقته . فرغم يقينها من أنها يجب ألا تقول شيئاً له ، لن تتحمل الصمت .. عاطفتها لن تصمت . وحتى لو كابرت وصممت ، وحتى لو ارعوى عاطف فهل لن تفهم الأمر على حقيقته إن لزمت الصمت؟ لن تعلم أبداً لماذا بدأ الانحراف ، ولن تعلم أبداً لماذا انتهى؟ . . ولن تعلم أبداً إن كان الحادث المؤلم سيتكرر .

لهذا أرى أن يتحادثا ، أن يتكالما .. لهذا أرى أن يتصارحا وإذا كان كلامهما لا يخرج عن الإهانات والاتهامات ، والتعبير عن البغض والحقد ، إذا كان

كلامهما بجريم وتأثيم ، فالخبير النفسانى يستطيع أن يؤدى دور الجسر فوق ماء متلاطم : جسر يلتقيان عليه ويتبادلان الحديث .

وقد يكتشفا أن المحبين قادرون أيضاً على إلحاق الأذى بعضهما بالبعض الآخر . وأنه قلّما يوجد فى الزوج شخص طيب وشخص شرير ، وأنهما كلاهما مسؤولان عما حصل وعما سيحصل ، وأنهما مسؤولان عما عندهما ، وأنهما مسؤولان عما سيأتى به المستقبل ... المستقبل الذى ـ إن خدمهما الحظ – يشتركان فيه معاً ويكونان فيه زوجين صالحين ، وأبوين صالحين .

******

امرأة صالحة ... زوج طالح

لماذا هي تزوجت به ؟ ماذا رأت فيه ؟ هذه قصص نساء لم يحسنّ الاختيار . ولكن المظاهر خداعة . واثنان يفسدان الزواج

توفيت أم سعاد والفتاة الصغيرة لا تتجاوز الثامنة . هي وأختاها ربّاهن أبوهن السكير . كان أباً محبّاً ، ولكن إدمانه سلبه وعيه . وجعله رجلاً مهملاً فوضوياً لا يحسن عملاً ، ولا يمكن التعويل عليه في أي عمل . ولهذا كان من الطبيعي أن تحمل سعاد القسم الأكبر من المسؤولية في المنزل .

ولما بلغت الفتاة التاسعة عشرة من عمرها التقت بفؤاد الذي يكبرها باثنتي عشرة سنة ، فراقها وراقته ، وسرعان ما طلب يدها وتزوجها .

قالت سعاد : « أيقنت من نضجه ورجاحة عقله .. ناجيت نفسي بكلام جميل هذا برج القوة ، رجل قادر على توفير ما أحتاج إليه من حماية ورعاية ، إنه الحلم الجميل الذي زين لياليّ طوال سنتين! » .

ولكن اليوم وقد مرّ من الزمان عشرون عاماً تعترف سعاد أن زواجها يختلف كل الاختلاف عمّا توقعت وتمنّت «فبعد زواجنا كنت المطالبة باتخاذ القرارات . وما مرّت بضع سنين حتى وجدت نفسي رهينة البيت وصانعة لصغيرات ثلاث ، ومدبرة شؤون الحياة العائلية .. فؤاد لا يقرر أو يبتّ ، كنت الفريق الأقوى في الشراكة الزوجية .

وقبل سنين قليلة أنشأت سعاد عملاً صغيراً ففتحت مكتباً للزخرفة البيتية ازدهر بسرعة وازداد ربعه . بينما تأخرت أعمال زوجها وقل الإقبال على مكتب الدعاية الذي أداره لسنوات خلت . وتُعلّق سعاد على ذلك بأن زوجها كما بدا لها بعد زواجهما رجل خاسر . وعاشت المرأة حياتها بعيدة عن السعادة التي أملت فيها ،

ولما ضاق صدرها وعيل صبرها أصرّت على زوجها أن يستشير طبيباً نفسانياً علّه يفعل ما يبدّل الحال ، أو يفتح العيون الأربع على الحقائق التي غابت عنها .

هذا كان طالعها : أب عاقر بنت الحان حتى فنى فيها ، وزوج متطامن متواكل لا يحسن الأداء .

* ومثلها المرأة عنايات . إنها تناهز الثانية والأربعين ، وتشعر شعور مَـنْ سقطت فى شرك زواج لم يحقق توقُّعاتها . فخاب أملها ورسمت حياتها بكلمات مقتضبة ، قالت :

« تزوجنا ، والزواج كما يعرف الجميع خطوة المرأة التواقة إلى الاستقرار وإنشاء العائلة السعيدة . ومضت الأيام واكتشفت مع مضيها «أنّ أهم شئ فى حياة زوجى لم يكن أنا أو زواجنا ، كما أيقنت بعد سنوات أن طفلى وطفلتى لا يعنيه أمرهما فى قليل أو كثير . فزوجى يغادر البيت إلى مكتبه ـ هو محام ـ فى السابعة صباحاً ، ويقضى سحابة نهاره وأحياناً ساعات من الليل بعيداً عن أسرته . كما إنه كثير الأسفار ، يلاحق قضاياه فى مدن بعيدة ، وإن قضى عطلة الأسبوع معنا . فإنه ينشغل بأوراقه وملفاته ، عازلاً نفسه عن شؤون العائلة . ومتى جلس معى لتناول طعام العشاء لا يتكلم إلا لماماً ، ومتى تكلم فبصوت يشوبه التوتر والانفعال » .

«وهكذا قسرت قسراً على تربية الطفلين وحدى ، والذهاب إلى المدرسة متى أحوج الأمر ، ،أكره ما يكرهه التغيب عن مكتبه مخافة أن تمسّ حاجة زبائنه إليه!» والأعجب من كل هذا إنه متى خسر زبوناً ، أو قضية ، ينحى باللائمة علىّ أو على الصغيرين . هذه التصرفات الرعناء نفّرت قلبيهما من أبيهما . فهما لا يكترثان به ، ولا يسألان عنه ، بل ولا يظهران الاحترام له . وقد لمس هو هذا الجفاء . فلم يبادر إلى تلافى العواقب الوخيمة التى لاحت فى الأفق . وكلما أراد منهما شيئاً ناله عن طريقى أنا . لا يطلب الشئ منهما مباشرة ، بل بالواسطة» .

واعترفت عنايات بأن حبها له تقلص إلى أدنى حدّ ، ولكنها رغم ذلك لم تفكر قط بحسم الأمر .. لم يدر فى خلدها أفكار الانفصال أو الطلاق حرصاً على

مستقبل ولديها ، وأُسوة بمروة ألحّت عليه بمرافقتها إلى طبيب نفسانى قد يجد أن لديه الحلّ المنشود . فاعترض فى أول الأمر بكلام لا يخلو من تعابير التعجب والامتعاض ، وكأنه لم يجد فى تصرفاته أمراً يؤاخذ عليه ! .

ما أكثر النساء اللواتى يشكين من حياة قاحلة كلهن نساء صالحات كان الزواج أربهن الوحيد ، فلما تحقق الأرب هربت منهن السعادة ، فعشن موزعات الفكر ، مقهورات يائسات .

وتلوم هؤلاء النساء أزواجهن ، لما أصابهن من كرب وتعاسة . ويجزمن بأنهن يمكنهن بلوغ السعادة لو أن أزواجهن استطاعوا التغيير فيتبدل الوضع ، ويريحهن من الهمّ والغمّ والشعور بالغبن .

بيد أننا بعد البحث والتقصى وجدنا أن الزوج متى فطن إلى خطئه وبادر إلى تصحيح الوضع لا تتغير الحال ، ويبقى التذمر ، ويستمر النفور ، وكأن حياة النكد غدت عادة لا يستطعن التخلص منها ، ومن النساء من يشجعن أزواجهن على التصرفات التى تفضى إلى جنونهن .

الاثنان حملا إلى ساحة الزواج ماضيين متنافرين ، إنه الاصطدام بين ضدين . الاثنان يؤديان دورين قسرا على أدائهما وهما صغيران ، حتى أصبحا عادة راسخة لا يستطيعان إنقاذ نفسيهما منها . إلا أن العادة أضحت مشكلة! اصطدام طبْعَين .. اصطدام عادتين .. اصطدام بين السعادة والتعاسة .. ومع ذلك فهما ينالان الجزاء والمكافأة من حيث لا يعلمان! .

* وتعارض هى إذا سعى إلى رأب الصدع

تشكو مروة وتتذمر ، وفى الوقت نفسه تفعل المستحيل لتظهر بمظهر النجمة على حساب زوجها . وكلما سعى هو إلى تضييق شقة الخلاف ، سدت هى الأبواب كافة فى وجهه . وإذا اقترح نزهة للعائلة أو رحلة عارضته متعلّلة بكل حجة وسبب . وإذا حدثها عن حلّ ملائم أفهمته بنظراتها وحركاتها وكلماتها أن

ما قاله خطأ ، وأن أساليبه غير واقعية ، وبالتالى لا تستحق التفكير فضلاً عن التدبير! مروة عارضت وقاومت كل محاولة بذلها لإثبات وجوده ، وبطرق سلبيّة تجاوبت ، وكان ردُّ الفعل عاملاً من العوامل التى ضاعفت من ابتعاد الواحد عن الآخر ، فعاشا كغريبين فى بيت غريب فلماذا؟ .

حاجة مروة العصبية هى خلق الدور الذى لعبته مع أبيها . كفتاة صغيرة كانت الطريقة الوحيدة لكسب رضا أبيها وموافقته أن تغدو منجزة . دور أخذ منحىً متزايداً حين بدأت فى الذهاب إلى المدرسة . فتفوقت وكانت علاماتها ممتازة . وفى الوقت نفسه أبقت المنزل نظيفاً مرتباً ، واعتنت بأختيها . وما أن تقدمت قليلاً فى السن حتى التحقت بعمل جزئي يستغرق بضع ساعات من يومها .

وكمتزوجة ما برحت تقوم بدور المنجزة الكبيرة ، وأكثرت من انتقاد زوجها سيد ، مما زاده بعداً وعزلة ـ فى البيت والمنزل ـ مما راكم على عاتق مروة معظم مسؤوليات الزواج .

أما حاجة سيد العصبية فهى إعادة خلق العلاقة التى ربطته مع أمه المنتقدة المسيطرة ، وبالتصرف كإنسان غير كفء ، ضمن سيد إسراف زوجته فى توجيه الانتقاد إليه وإبقائه محجوباً فى ظلها ، متوارياً وراء أدائها واجتهادها . وذلك ما فعلته أمه معه . فى البيت يترك الطعام يحترق ، وفى المكتب يسلم التقارير متأخراً أو ينسى إجراء المخابرات الهامة .

لم يتبين الزوجان ما هما موغلان فيه ، لم يفطنا إلى أنهما فى الواقع يتعاونان على إبقاء العلاقة سيئة ، ليمضى كل منهما فى القيام بدوره المألوف .

كسيد ومروة كانت سلوى وزوجها ... فهما الآخران وقعا فى الحبالة ، أو المؤامرة التى حاكت خيوطها الأيام . سلوى كبيرة أولاد الأسرة الأربعة ، ترعرعت فى كنف أسرة متدينة محافظة تضطرب حياتها فى أزمات اقتصادية أبواها عملا وغرقا فى همومها المالية ، وفى هذه الغمرة لم يعيرا أولادهما العناية والرعاية اللائقين .

سلوى لم تدخر وسعاً فى نيل رضا أبويها ، فعملت وكافحت ، واعتنت بالبيت كأنها الأم لا الابنة . ولما تزوجت اعتقدت لا شعورياً أنه يترتب عليها من جديد التنافس على الحب . هذه المرة مع زوجها على حبِّ والديها واحترامهما . وتفعل ذلك بصرف زوجها عن بذل أى محاولة للاندماج بأسرته ، وبمعاملته كأنه ليس موجوداً ، أى بتجاهله أمام الصغيرين . وبعزله عن حياة الأسرة ، زادته انكباباً على عمله ، وهذا يناسبها ويحقق وطرها ، فهى تكسب الولدين من دونه ! .

ولإدمان فاروق على العمل جذور فى مستهل حياته . أمه كانت ذات طموح لا حدود له في مستقبل ابنها ، أرادت أن يكون ناجحاً غاية النجاح ، فكافأته بالحب متى بذَّ غيره ، ولكنها أعرضت عنه متى أخفق ، أسلوب آثار غيظ فاروق وموجدته. وكرجل مدرك ، يعمل فاروق بكل قوة من أجل أسرته ، كما عمل من أجل أمه ... يلوم أسرته كلما انحرف شئ ما ، ويصب عليها جام غضبه ، وهذا لم يفعله مع أمه عندما كانت تكافئه على إنجازاته بالحب وتعرض عنه إذا حالفه الفشل . ومع أن الزوجين يشعران بآلام النأي ، ولكنهما من الحالة الشاذة اشتقا علاقة بديلة ترضى نزواتهما العصبية .

* الانحـــراف والغـــضب

الانحراف : يشفق الناس على الزوج أو الزوجة من الخيانة . والذى منهما خفر الثانى عهده يمزقه الألم وشعور الشقاء . ومع ذلك يعقد أحياناً شبه اتفاق غير معلن على الانحراف عن الجادة متى ساد العلاقة فتور ، وانقطعت الصلة الحميمة ، وقصمت حبال التفاهم .

الغضب : إذا كان مزاج أحد الزوجين يميل نحو الهياج والغضب ، ومزاج الآخر هادئاً رائقاً ، فالتأثير دائماً يعير المسالم بخلق المشاكل وغرز بذور الفتنة . هذا ما شكت منه امرأة ، قالت : إن زوجها يصيح ويصخب ويعنف ، ولكن بعد بضع جلسات مع المعالج النفسى اتضح له أنها ليست الضحية البريئة لهجمات زوجها الكلامية ، وأنها فى الواقع حرَّضته بأفعالها ، وأشعلت نار غضبه بتصرفاتها وتدريجاً

انحسر القناع عن الحقيقة الكامنة فى سنين مضت ، فأبوها كان وحشى الطباع ، ولذا احتاجت إلى انفجار زوجها بين الحين والحين لتشعر بأن شيئاً لم يتبدل .

* التصــــادم والضـــحايــا

التصادم مدمر للزواج والأسرة . والضحايا فى أغلب الأحيان يكونون الأولاد إن لم يكونا الأب والأم المتباعدين المتقاربين ... المتنابذين المتوافقين.. فكيف يكونان متباعدين متقاربين ، ومتنابذين متوافقين؟ يكونان كذلك متى غرّب الواحد وشرّق الثانى ، والعجيب الغريب أنهما بعد «المران» يستمرئان هذه الحالة الممزّقة المدمرة .

ومتى ارعوى الزوجان وفاءً إلى نفسيهما استطاعا تغيير عادتهما ، وتغيير تصرفاتهما . ولا يجدى الصياح نفعاً ، كما لا يجدى السكوت على مضض . فلماذا يكون فى المنزل تصادم وضحايا؟ ألم يتزوجا ، ليقضيا العمر فى حياة كريمة؟ ألم يندمجا ليحظى كل منهما برفيق أنيس لطيف عاطف؟ .

فليتعظ الزوجان من المآسى التى يشاهدانها أو يسمعان بها . وليقم كل منهما بدوره . ومتى احتاج الواحد إلى مساعدة يخلق بالآخر أن يهرع إلى مساعدته . هو يحتاج إليها بمقدار احتياجها إليه . والأولاد يجب أن يجدا فيهما القدوة الحسنة ، لأن البذور تغرس فى الصغر ، وتبرعم وتنمو فى الكبر . وما يراه الطفل يرسخ فى إحساسه وذاكرته . ما يراه لابد أن يطبقه ... يرى أبويه متفقين ، فيسعى إلى التوافق ... ويرى أبويه مختلفين فيستحسن الخلاف .

والزواج ليس شركاً كما يخيل للكثيرين ... إنه مَوْطِن السعادة والهناء .. هذا إن صممنا على إبقائه علاقة نقية تقية منزهة عن الأنانية ، والمكر .

والمشاكل لا يستعصى على الإنسان حلُّها إن هو وطّن النفس على استنباط الحلول .

*****

هل تتزوج الفتيات الوقورات من أجل المال؟

طبعاً لا ، تقول الشابة الرومانتيكية . ويالها من فكرة مهينة : تجيب المتحمسة لحرية المرأة .

لذلك ننصحك أن تكونى متفتحة العقل عندما تقرأين هذا المقال . أو قد تغضبين علانية ، ولكنك قد لا تغضبين إلى هذا الحد فى سرك! ...»

قد يحدث هذا فى يوم عاصف من شهر يناير وأنت واقفة على قارعة الطريق بانتظار الباص ، عندما يطرأ هذا التفكير على خاطرك ، تأخذين إلى نقل محفظة يدك من هذا الكتف الذى حلّ به التعب إلى الكتف الآخر محاولة دائماً أن تتجنبى الماء الموحل الذى ترشك بها السيارات المسرعة واحدة بعد أخرى . ولابد أن بعض الرذاذ الوسخ سيجد لنفسه مرقداً فوق حذائك أو فى أسفل ثوبك فلا يدفئك من الصقيع إلا شرودك فى المخيلة متجهة نحو وضع آخر مختلف تمام الاختلاف .

ليتك فقط تتزوجين من رجل واسع الثراء . عند ذلك لن تحتاجى إلى الوقوف هكذا بانتظار الباص ، بل ولن تحتاجى لأن تتعلمى القيادة لتقودين سيارة خاصة يمكنك شراؤها . وستكونى متدثرة بمعطف من الفرو الثمين لا تسقط عليه نقطة مطر . ما أجمل أن يكون لك سائقك الخاص وينقلك إلى أى مكان تريدين الذهاب إليه . من دون أن تتكلفى أية أعباء ، اللهم إلا الجلوس فى المقعد الخلفى الدافئ والوثير ، ثم إعطاء الأوامر ، وداعاً حينذاك لشراء المأكولات من المخازن الأرخص أسعاراً ، ووداعاً للبحث عن التخفيضات فى الأسعار ، ووداعاً للقلق من ارتفاع أسعار الوقود ، ووداعاً للتدفئة السيئة والحمامات الضيقة ، وفى المقابل ، مرحباً بالسجاد السميك ، ومرحباً بالثياب الفخمة داخلية وخارجية ، ومرحباً بكل ما هو فاخر وعظيم و... إلى ما هنالك . إن أسهل طريق لتحقيق هذا كله على ما

يبدو هو زواجك من رجل واسع الثراء .

ولكن على ذلك أن يحدث بطريق الصدفة طبعاً ، ربما يمر بك مليونير فى المكتب حيث تعملين ، أو فى المقهى حيث تجلسين ، فيمسك بيدك ويأخذك إلى أفخم سيارة مرسيدس وقع عليها نظرك ، وقد تحبين هذا الرجل للطفه وحرارته وروحه المرحة وسخائه ، لا لحسابه فى المصرف . ولكن ليس من الجمال فى شئ أن تفضلى الرجل الغنى على الشاعر الفقير الجائع الذى كان يجاورك السكن لمجرد ما سيؤمنه لك الغنى من عيش رغيد . ستكونين هكذا أشبه بامرأة تبيع جسدها . من هنا فإن الزواج من أجل المال هو تصرف صعب ومشين . وبعيد عن الأنوثة ، بل ومضاد للأنوثة ، يدخل فيه من الحسابات أكثر مما ينبغى .

ومع ذلك أليس هذا هو ما تفعليه عند المشاركة فى شئ مع شخص آخر كاللجوء إلى الحسابات؟ .. يتصارح رجال الأعمال بكل ما يقدمه أحدهم إلى الآخر .. «إذا رفعت السعر الذى تستعد لدفعه ، فإننا نعدك بتسليم مبكر» كذلك هو صاحب العمل الذى يتقن أعماله سوف يناقش معك حسناتك وسيئاتك ليعرض عليك الوظيفة التى تناسبك . أنت نفسك سوف تقوّمين مستقبل الوظيفة المعروضة والراتب الذى يسير معها جنباً إلى جنب .

هكذا نحن جميعنا ، لدينا قائمة تسوُّق عقلية حول الميزات التى نبحث عنها بين الأصدقاء والأحباب ، وشركاء الحياة . وقد تكون هذه اللائحة طويلة جداً تحدد السن والطول والوزن والاهتمامات ، أو مبهمة كأحلام المراهقات بإنشاء علاقة مع أمير الأمراء ، ويكون هذا متوفراً دائماً فى الوقت نفسه كتوفر ذلك التلميذ الذى يجلس على مقعد مجاور فى باص المدرسة .

ربما تظنين أن همك هو مجرد البحث عن رجل ما تحبينه ويدفع قدميك فى السيل ولكنك عندما تنضمين إلى السيل العارم من الأشخاص المندفعين نحو التزاوج ، ذلك الذى يحدث منذ أواخر سنوات المراهقة حتى أواخر العشرينات ، تجدين نفسك منهمكة بفرز الخراف عن الماعز . لا سبب يمنعك من الناحية

البيولوجية أن تتزوجى من ذلك الرجل الذى تشاهدينه فى مخزن الورق ، أو من ذلك الغريب الجذاب الذى وقع عليه نظرك فى السوبر ماركيت . ولكن الأوضاع الاجتماعية والتفكير السليم يدفعان بك لأن تأخذى بعين الاعتبار فريقاً (صغيراً نسبياً) من الرجال يقعون ضمن حدود سن معينة ، ومستوى معين من الجاذبية الجسدية ، والخلفية الاجتماعية ، والمقدرة الجنسية والمستوى العلمى ، بالإضافة إلى تلك الميكانيكية الغامضة التى تدفع بك إلى تفضيل شخص واحد على آخرين (عندما ينشأ الحب بناء على هذه الأسس فهو ليس بالحب الرومانتيكى) .

أمّا عن الشبكة التى تنشرينها لاصطياد الرجل الذى سيملأ عليك حياتك فيتوقف اتساعها على سنك وشخصيتك ، بل وعلى موقعك الجغرافى ، ولكنك لن تحاولى اصطياد إلا ذلك السمك الذى هو من صنفك على وجه العموم . فالفتاة الجذابة التى تعمل محاسبة فى إحدى الشركات الكبرى وهى فى الخامسة والعشرين من العمر ، ربما تجد نفسها قد انجذبت جنسياً إلى مساعد السنكرى ، ابن الثمانية عشرة ربيعاً عندما يأتى لإصلاح صنبور الماء الساخن فى منزلها ، ولكن لا يمكنها أبداً أن تعتبره الزوج المناسب ، بل هو من هذه الناحية أشبه بصديق والدها الذى بلغ الستين من العمر .

إذا كنا نتجرد من الرحمة لننبذ الأغبياء ، والمتقدمين جداً فى السن ، والصغيرى السن جداً ، والبشعين أو بمعنى آخر كل من لا يروق لنا قبل أن يبدأ بقرع الباب ، لماذا ينظر إلينا شذراً عندما ننبذ رجلاً غارقاً فى بحر الفقر؟ .. خصوصاً أن المال إلى جانب الجنس ، يلعبان دوراً حاسماً فى مجال تحقيق التوافق الزوجى؟ .

إن الزواج النابع من الحب والذى تعلقين عليه أمال مستقبلك السعيد بميزات كالجاذبية والذكاء اللذان نادراً ما يصمدان أمام روتينيات الحياة الزوجية ينظر إليه بعظمة وتقدير يفوقان النظرة إلى الزواج النابع من التعلق بمحفظة محشوة فلماذا؟ .

حتى النساء اللواتى بعْنَ شبابهن وجمالهن بكل برود إلى رجل جعدّت السنين قسماته ، إلا أنه غنى فتزوجن منه ، تجدهن الأخريات غير قادرات على مواجهة

الحقيقة حسبما يبدو ، إذ لا تحاول الواحدة من هؤلاء إقناع العالم وحده بأن الحب كان دافعها إلى الزواج ، بل تريد إقناع نفسها بذلك أيضاً . كم سيكون لذيذ منه لو أنه بدلاً من القسم باستمرار حبه ، يقسم بأن نظل أغنياء فتقسم هى حينذاك بأن تظل جميلة ، إنها فى حقيقة الأمر عملية تجارية يلبسونها قناع الاتحاد الروحى بين شخصين .

إن أموال الرجل تمثل بُـعداً آخر كما أن الطول والسن والاهتمامات هى جزء مكمل لذاته ككل . إنها إشارة لميزات أخرى ـ كالعزم والتصميم مثلاً ـ مثلما هى عامل القوة عنده كذلك ، وهى تلون آراءه فى العالم . من الممكن للمرأة أن تحب رجلاً ما لكل شئ . بما فى ذلك ما لديه من مال ، تماماً مثلما تحبينه إذا كان ضيق الكتفين أو عريض المنكبين ، ومع ذلك نادراً ما تشاهدين فتاة جميلة وشابة فى العشرين من عمرها تتزوج رجلا يجوب الأسواق متسوقا مختلف السلع وهو فى السبعين من العمر ، ليبدو لك من ذلك أن المال قادر على شراء الحب .

ويحدث هذا أكثر ما يحدث من قبل نساء قادمات فى مجتمعات متواضعة، لا نساء تتصدرن الأخبار فإذا وجدت نفسك أمام اختيار رجل من اثنين على المستوى نفسه من الذكاء والسحر والجاذبية والروح المرحة ، فمن هو الذى تختارينه لتتزوجيه؟ .. ذلك الذى ينتظر أن يقضى حياته معتاشاً من منحة أكاديمية تقتضى منه دراسة الحياة فى عالم الحشرات ، أو ذلك الذى بدأ نجمه يسطع فى أحد المصارف التجارية ؟ وسواء أردت الاعتراف بذلك أم لا ، فلابد أن يتوقف جوابك لا على مدى حبك لهذا الرجل أو ذاك ، بل على نوع الحياة التى ترغبين بها . وكثيرات هن النساء اللواتى ستقررن حب الرجل ذى المستقبل المالى اللامع .

مقبول منك أن يقع اختيارك على الرابح ، طالما أنك لا تعترفين بذلك ، والحقيقة أن آلاف النساء مشغولات دائماً بنصب شباكهن حول رجال لهم حسابات مصرفية موفورة الصحة والعافية . ولكن ليس معنى هذا قولنا أن من السهل العثور على واحد جذاب جنسياً وغنى للغاية .

للباحثات عن الذهب نتقدم بنصيحة أوردها ويليام دايفيز ، رئيس التحرير السابق لمجلة «بانتش» الإنجليزية ، ومؤلف كتاب « **المال فى الثمانينات** » قال : «اضمنى لنفسك الحصول على رجل أكبر سناً جمع ملايينه وانتهى الأمر ، بدلاً من شاب جذاب ربما يحصل على نصيب من أكداس العائلة وربما لا ، فالزوجة الشابة والمشعة بالنسبة للرجل الغني المتقدم فى السن هى رمز لمركزه ومكانته مثلما هو قصره الفخم وطائرته النفاثة الخاصة ، وهو يقبل أن يكون هذا الرمز للمركز والمكانة غالى الثمن ، أما الشاب الأصغر سناً فقد يكون أكثر حذراً . وقد يصر على المرأة التى يوشك أن يتزوج منها أن تؤكد عدم مطالبتها بنصيب من ثروته » .

إن أساليب تحسين حظك بالوقوع على رجل غنى كما يرى دايفيز ، أن «تتعلمى كيف تتقنين ما يقوم به الأغنياء ، وأن تتواجدي حيث يتواجدون ـ بالم بيتش ، الريفييرا الفرنسية ، لا تسعى وراء هؤلاء فى الرحلات المنظمة (لأن المنافسة ستكون شديدة) . ولا تقومى بأى عمل يقدم عليه السياح . ككتابة البطاقات البريدية فى مكان عام ، بل عليك القدوم إلى الاحتفالات الساهرة مع رفيق وسيم جذاب ، حتى ولو اضطرك الأمر إلى استئجار هذا الرفيق .

هل هذه شجاعة وقحة ؟.. هل هى بعيدة عن المعايير الأخلاقية؟ . ربما ، ولكنها تبقى أكثر واقعية من الاعتماد على ما نقرأه فى القصص الخيالية . من أن القدر سيكافئ الفتاة البريئة فيبعث لها بأمير الأحلام ، قادماً على حصان أبيض ليختطفها إلى النعيم . كما أنها أقل خطراً ـ كذلك ـ لأن الفتاة لو ظلت شاردة بأفكارها وراء القصص الرومانتيكية ، جاعلة منها حقيقة واقعة ، وهى أبعد ما تكون عن الواقعية ، ستظن أن مظهرها واهتمامها اللطيفين والمعتدلى الجمال ، ربما يكفيان لدخولها الحياة الزوجية الرغيدة فى يوم من الأيام ، من دون أن تكلف نفسها عناء بذل أية جهود فى هذا الصدد . ولسوف تخيب آمالها على الأغلب ، أفضل لها جداً أن تواجه الحقيقة القاتلة : إذا أردت لنفسك رجلاً يغرقك بما هو فاخر ، عليك أن تتناسى حقوقك وعنجهيتك كإنسان فرد .

ليس خطأ أن تسعي للزواج من المال الوفير طالما أنك تقبلين بأن المال قد

لا يرغب باتخاذك زوجة (إذا لم تكونى بارعة الجمال ، ربما يصبح عليك القبول بمساومة رجل محشو بالمال الذى تريدينه من دون أن يقدم أى شئ آخر غير المال) وأن الزواج سيكون أقرب إلى وظيفة تمارسينها بدلاً من علاقة حب تعيشينها طوال الحياة .

إن ما يقبع فى صميم الاتحاد بين الأنثى والذكر فى المجتمعات الحالية هو إيمان عميق الجذور يقول : إن ما على المرأة أن تقدمه لهذا الاتحاد هو المظهر واللمسة الساحرة والخدمة المنزلية والحرارة ، أما الرجال بالمقابل فيقدمون القوة والحماية والدعم المالى . إنه تقسيم أدوار رائع بالنسبة للمرأة «البيتية» والرجل القوى اللذين يستطيعان العمل هكذا كفريق ، هى موجودة فيه وهو يعمل فيه . ولكنه تقسيم يترك أعداداً متزايدة ممن يشعرن هكذا وكأنهن عزلن عن قطيعهن ـ نساء عاديات ولكنهن ترغبن بالمشاركة فى القوى المبذولة ، ورجال ضعفاء أو لا طموح عندهم يسعون لمن يؤمنون الحماية لهم . هؤلاء هم أشخاص تائهون فى هذا المجتمع الحالى لم توضع لهم قوانين يسترشدون بها .

إن تأثير ذلك هو الآن أكبر من أى وقت مضى ، إذ باستطاعة النساء كسب المال سعيدات ، وتحتفظن بالمال الذى تكسبنه ، وتعيش واحدتهن لحالها منطلقة وراء اهتماماتها ، لأن الحسنات التى تقدمنها مع أقرانهن الذكور ـ أولئك الرجال «الجدد» الذين لا يتطلعون إلى بديلة للأم ولا فرس تحافظ لهم على نسلهم ـ ليست محددة بوضوح .

لقد توفرت لنا اختيارات لأساليب العيش تتجاوز كثيراً ما كان متوفراً لجداتنا ، وصار القرار بالزواج لأجل المال أقل قبولاً اليوم مما كان عليه . ومع ذلك فإنه يبقى أفضل لك من تضحيتك باستقلالك فى سبيل مكافآت مشكوك بها تأتى من زواج أوْجَدَته عواطف جامعة ولكن يبقى عليك أن تسالي نفسك عمن هى الأكثر سعادة والأكثر اكتفاء . الزوجَة العاملة ، أم تلك التى تجعل مهنتها أن تكون زوجة ؟ .

المشاحنات والمناكفات

لماذا لا تتوقف المشاحنات والمناكفات حتى بين الزوجين المحبين ؟!

حتى المحبين لا يردعهم حبهم عَن الخصَام ! ينددون ، وأحياناً يقذعون رغم أنهُم محبُّون ! ..

* والمشاحنة أو المناكفة الزوجية فكاهة كل ماجنٍ فى الملاهى الليلية ، فى المسرحيات الهزلية ، فى القصص التلفزيونية ، خصام الزوج والزوجة مأساة لها آثارها البغيضة الجانبية على المدى القريب والبعيد ، ويستغلها المهرجون ، والمضحكون ، والممثلون ، وتلقى فكاهاتهم، استحساناً وإقبالاً حتى من الزوجين المحبين المبغضين فى آن ، المتاوددين المتنابذين ! فهل يلام هؤلاء وأولئك على تهريجهم؟ وهو فى العادة أقرب إلى التنديد والتقريع منه إلى التفهيم والتنبيه؟ .

زوجان يحتدم بينهما النقاش ، لأن الزوج يشد ستارة المغطس فى الحمام دون انتباه ، فيفلت طرفها من المشبك ، ولا يتعب نفسه فيعيدها إلى مكانها ، مهملاً واجباً غير محتم! .

واثنان فى أول طور من أطوار الزواج تربط بين قلبيهما أحاسيس الألفة والحب، يقضيان ساعة صباحية فى صراخ مدو وصياح ، لأن أحدهما لا يضع الأقداح المغسولة مقلوبة فى الخزانة ، فكيف يتمالك المتفرج نفسه ، فلا يضحك ؟! .

ولعلّ الذين لا تقهرهم المشاحنات ، ولا يجدون فيها ما يسرُّ ويشرح الصدر ، هم من يتورطون فى المعركة ، متنافسين فى المباراة ، وبطبيعة الحال متى هدأ جأش الزوج والزوجة يشعران أن الخصام الذى شجر زوبعة فى فنجان ! .

والمشاحنة ربما تكون انفجار غضب آنى مباغت لا مبرر له إطلاقاً بين زوجين يتقاسمان الحب ، إلاّ أن الواحد منهما أحياناً يحطم أعصاب الآخر ، ويخاصمه بعنف لأسباب تافهة واهية ، وكثيراً ما يكون الوضع سيئاً، والصدع لا يرأب بيسر.

أما ما يتخاصم بسببه الزوجان فى معظم حالات التفجر هذا ، فمتنوع تنوع العلاقات الفردية : جورباه على أرض قاعة الجلوس ملقيتان ، شعرها فى مغطس الحمام ، تركه لقليل من الحليب فى كرتونة ، عجزها الظاهر عن موافاته فى الموعد المضروب ! ورغم ذلك كله فإن الخصام ينشب والقاسم مشترك ، فموضوع الشجار الظاهر غير الحقيقى ليس فى الواقع ما يدور حوله الخلاف . ويقول كبير من علماء النفس : إن الخصام فى أكثره غطاء لأمر آخر ! .

أحياناً يكون وليد الحاجة ، أو تبدد النفس ، أو مراوغة من جانب أحد الشريكين ولا علاقة له إطلاقاً بالصلات الزوجية .

مثال ذلك امرأة نشأت على الاعتقاد بأنه ينبغى لها أن تحسن للغير ، وأن احتياجاتها تأتى بعد احتياجات الغير ، هذه المرأة تلجأ إلى التذمر والمعاداة (أو الشكوى التى تفوق الخصام فى مرارتها ، وتشبه الصهيل المزعج) ، كوسيلة غير مباشرة للتعبير عن رغباتها .

والرجل العاجز عن إظهار ألمه ، أو احتياجه ، قد يعلن عن هذا التمخض العاطفى بالتصرف الأرعن المتحدى المستهدف إشعال نار المعركة .

قالت الزوجة : وعمرها ٣٥ عاماً : « فى ليلة بكرت مع الزوج إلى فراش الزوجية ، جفانى الكرى ، فدلفت إلى حجرة الاستقبال ، وشرعت أطالع ، ثم رحت أتتبع مشاهد التليفزيون ، وأتناول شيئاً من الطعام . إلاّ أن زوجى الذى يصيبه الأرق إن لم أنم إلى جانبه ، جعل يتقلب وكأنه نائم على فراش من قتاد! » .

وفى الصباح ابتدرنى باللوم والتعنيف ... قال : أنت تركت النافذة مواربة ، ومنافض السجائر مفعمة ، وعلى رف فى المطبخ وجدت كسرات من خبز! فهو بدلاً من مجاهرتى بالحقيقة ومبادرتى بقوله : لم أجد إلى النوم سبيلاً لأنك كنت بعيدة ، وجد سبباً لإعلان الحرب ! .

واضرام نار الخصام أحياناً يكون آلية دفاعية ، طريقة يلجأ إليها الإنسان متى افتقر إلى الشعور بالأمن والثقة والطمأنينة .

ويقول أحدهم معقباً : بأن المرء متى تقلص رضاه عن نفسه ، يحاول رفع العبء عن كاهله وإلقائه على عاتق الشخص الثانى ، أو الشريك الثانى .. بكلام آخر ، يسارع هذا الشخص قبل تعرضه للملامة والنقد إلى نبش علة فى شريكه .

فالرجل المرتد حظه ، المخفق فى سعيه خارج بيته ، ينقع غليله بشن هجمة لا هوادة فيها على زوجته .

قالت زوجة متألمة : كانت الحياة مؤخراً وعرة المسالك .. فرئيس زوجى استبدلته الشركة برئيس آخر لم يجرؤ على تحديه ، ولهذا صبّ جام غضبه عليّ ، فكان يأتى والغضب آخذ منه كل مأخذ ، وينظر حواليه متفتشاً عن سبب للخصام ! إلاّ أنى قابلت تماديه بروح هادئة مسالمة ، لأنى أدركت ما يتنازعه .

بيد أن انتقاد أمور لا يد للإنسان فيها يوصد أبواب التسامح ، وهكذا شجر الخلاف واستعر الخصام . وعشنا فى جحيم ، إلى أن وجد له عملاً آخر كان يستنبط الأسباب : الجوارب مثقوبة ! الخبز محترق ! الدجاجة سيئة الطهو .. وهكذا! .

ولا ريب أن التشاحن والتناكف المتمخض عن النقص العاطفى ، يكثر فى كل طور من أطوار الحياة ، ويكون سبباً من أسباب التخاصم والمعاداة ، ليس بين الزوج والزوجة وحسب ، فالأم قد تهم بأولادها معنفة ، والرئيس قد يزجر سكرتيرته .

والإنسان العاتب على الحياة لأنها غدرت به ، يحدوه شعوره المتألم إلى التخفيف عن نفسه بمهاجمة سواه ، وسواه هو الأقرب إليه ! .

والمسَلّم به جدلاً أن العلاقة الحميمة بين الزوجين ، والعمق فى الشعور المتبادل يبدو مرعباً مفزعاً أحياناً . والخصام آلية دافعة مقاومة لهذه العلاقة المتوثقة . ولا يؤخذ هذا دليلاً على نضوب الحب فى القلبين ، ولكنه الرعب من حب حاصر . ولذا تندلع نار الخصام ، ويكون هذا الخصام تحديداً للحدود ، فلا تنجرف السدود أمام هذه العلاقة الحميمة .

ويحدث هذا متى شعر أحد الزوجين بأن العلاقة الموطدة قد ابتلعته . وليحتفظ

الزوج أو الزوجة بالهوية الشخصية ، لابد من إجراءٍ شبيه بنبغى أن يتحقق مهما كان قليل الأهمية تافه القدر .

امرأة تزوجت ثانية بعد أن ناهزت الثالثة والأربعين ، وشرعت تخضع زوجها للوم والتعيير .

قالت : أزجره ، أصيح عليه ، أعنفة كلما اكتشفت شيئاً مغايراً لما درجت عليه وتعودته فى حياة العزوبة ، فكيف يجسر على التغيير؟ كيف يضع الفوط فى غير مكانها؟ كيف ينسى البيض على الموقد؟ إنه ولا غرو يحاول استسلام الزمام .

وهذا فى رأيها تهديد مباشر للسلطة والسيطرة ! لأن المخاصمة تنبت من محاولة فرض السيطرة . فإذا تحكم الزوج بالزوجة ، تصبح الجهة الخاسرة التى غمط حقها، وأهملت احتياجاتها ، وتشرع فى التقاط أطراف الخصام أينما وجدتها ، فهى تخشى أن يطول تحديه الأمور الكبيرة ، ولهذا تسارع إلى شن الهجوم لأمور صغيرة .

والمخاصمة العابرة على طريقة الاحتزال فى الكتابة أمرها شائع بين الأزواج والزوجات ، فيتعلم الزوج مثلاً طريقة تعرفه على الرسالة التى تحجب وراء خلاف تافه ، ووراء شراء سلع وحاجات ، ووراء جلب الثياب من محل التنظيف البخارى .

* التـــراشق بكـــرات الثلــــج

هذا التراشق لا تنضوى تحته أسباب جوهرية ، إلا أنه مع استمراره يخلف بحدّ ذاته وضعاً خطيراً تتشعب فيه المشكلات ، وتتعقد المعضلات ، ويستعصى مع الوقت العثور على الحلول ، ويتعرض الزواج بالتالى إلى التصدع ، ومن ثم إلى الانهيار . ولا جرم أن الناس يعمدون إلى تجنب المجابهات الكبرى بصبٍّ الخصام فى المجارى الثانوية إرجاءً للكارثة . وبطبيعة الحال كان الجدل الذى يدور فى المحاور الصغيرة يتقلص فى أحيان كثيرة لتصبح الغاية العفوية منه حسم القضية ، وإنهاء الأزمة متى لاح فى الأفق شبح ينذر بتجسم المشكلات وتضخمها .

وربَّ زوج وزوجة ينفقان وقتهما يستنزفان طاقتهما فى التنازع حول أمور تافهة تاركين الظلامات فى مكمنها ، فلا يسعيان إلى استكشافها ـ دائرة شرسة ـ معارك كلامية متلاحقة متتالية .

فى خضم دوامة هذه الدائرة صوت امرأة شابة سمت بثقافتها .. شابة حسناء وأم طفلين ، أنحت على زوجها باللائمة لقلة اكتراثه ، واعتماده عليها فى كل كبيرة وصغيرة من الأمور ، يأكل ويترك الأوانى والصحاف ، يجهز كوباً من العصير لنفسه فيشيع الفوضى ، يقرأ الجريدة ويقذف بها أرضاً .

وتراكم عتب الزوجة ، وتحول مع مرور الوقت إلى سخط ، بل إلى رقابة مشددة أذكت نارها غلواؤها فى استهانتها له ، ولو ظلت هذه الاستهانة متسربلةً بغلالة من الكتمان والصمت .

« لا يحفل بالطفلين وبى ، وكأنه يرفض المشاركة ، ويأبى أن يكون بضعة منا ، وجزءاً لا يتجزأ للأسرة الصغيرة » .

عاش معها بجسده وانعزل بفكره ! هذا ما تجسم فى مخيلتها ! وطفقت تعلن اللوم بعد أن كان صامتاً حذراً .

«ونما فى قرارتى شعور بالعصيان، وبالتمرد على الوضع الشاذ المرفوض» !

والغضب المكظوم يجد له ثغرة يتسرب منها ، وهو أدهى من المعركة المعلنة ، لأن المعركة متى أميط اللثام عنها يبرز فيها المتعاركان جهارة ، ولكن الاتصال يبقى ، والتخاطب لا يتوقف . وفى النهاية يجد الاثنان الحلول ، ويسود التفاهم

أما الغضب الذى يتشعب إلى قضايا صغيرة لا حصر لها ، فإن الصلة تنقطع بطريقة أو بأخرى ، وتتوقف عجلة الزواج ، وتنفصم عراه ، أو تبقى واهية يحافظ عليها الاثنان حرصاً على المظهر . أو يتحملان ما ينجم عن هذا الإكراه من قهر وعذاب .

ولقد قالت إحدى المرضات بأن حماها وحماتها فى غضون ٣٨ سنة من الزواج لم تدر بينهما رحى المعارك على نطاق واسع . كما تدور مع غيرهما ، وأن

الغضب الذى انتابهما فى أحايين كبحا جماحه . ولكنهما كانا فى ساعات الغضب هذه يغرسان الإبر الكلامية فى بعضهما البعض ، ويعبران بكلام يحمل مسحة المجون والفكاهة عن نقدهما اللاذع المشرب بالمرارة . وكان العداء يسفر عن وجهه المكفهر بطرق شتى ، حتى والواحد منهما يناول الآخر صحناً كان يمرره بطريقة فاضحة تشى بمكنون صدره !.

* عـنـدمـا الشـر يتـطـايـر

الزوج والزوجة متى وثب الواحد منهما على الآخر فى كلامه وتلميحاته لا يكونان الوحيدين المقاسيين ، من الاحتكاك المستمر ، فالصغار يضطربون ويتوجسون من النار المضرمة تحت الرماد ، ودنياهم الأمينة الصغيرة تتزعزع وتهتز ، وهم يرونها تتحول إلى ساحة حرب ، ويسفر هذا عن شعور بالهشاشة والغضاضة .

إذن الضرر يتعدى الزوجين إلى الأولاد الصغار . فيفكر هؤلاء المتضعضعين أن خراباً يقوض دعائم البيت ، ويحاولون التوسط ،وكأنهما يستصرخونهما ويتوسلون إليهما أن يكفا ويقلعا عن خصامهما وحربهما المعلنة .

ومن المحال المتعذر عملياً كتم ما يتبادلانه من حقد وإخفائه عن الصغار ، فهم مما يشاهدونه يدركون أن الجو مشحون بالتوتر ، متلبد بغيوم قاتمة من سوء التفاهم .. ثم ـ وهذا الأنكى ـ يداخل حسهم أن الصراع قسم من الزواج ، وجزء لازم لزوم الماء للراح .

نحن نعلم أن الصغير يجزع من المعارك المفتوحة المعلنة ، ولكن مشاهدتهما وهما يفوهان بكلام ناقم حالة رهيبة تتبعها العواقب الوخيمة .

إنما المعركة على مدارتها ، خير من الجدل المتواصل ، لأن الجدل أشبه بورق الحائط ، حاضر دائماً ماثل دائماً .

* هـــل الـــزواج فـــى خـــطـــر

لكل إنسان نزوة ، ونزوة الغضب تلمُّ بالزوجين ، وقلما تعصف بالزواج ، وإلاّ ما بقى اثنان متزوجان ! .

والوقت كفيل فى مواقف كثيرة بشفاء مرض المشاحنة ، فالمتزوجان حديثاً يستغرق انسجامهما وتكيفهما وقتاً ، يعرفان خلاله بأن عليهما أن يتصافيا ويتفقا . غير أن الوقت لا يشفى دائماً من هذا المرض الوبيل ، لأن الشفاء يتطلب دواء التفكير العاقل الرزين ، ومتى كان واحد من الاثنين أهوج أحمق متهوراً ، فردود الفعل التى تتلاحق كذبذبة الكهرباء ، لا تتيح له إعمال الفكر العاقل الرزين ، وجدير بالمتخاصمين أن يلتمسا أسباب الخلاف الظاهرة والباطنة .

ومتى تيسرت الحكمة وأصالة الرأى للزوجين وتمكنا من أن يتكلما ويكشفا عن سريرتيهما ، وأن يتشاجرا علناً وجهارة .. وإذا لم يسمحا للظلامات والشكاوى أن تتجمع ، ومتى كان راغبين بإخلاص فى التسويات المدعومة بالتنازلات ؛ عندئذٍ تكون النزاعات على طريقة استعمال معجون الأسنان بأصول لها معنى .

ومن جانب آخر ، إذا كانت الخلافات التافهة السخيفة تبرز بوجهها البشع مرة ومرتين وثلاث مرات ، وإذا كانت المنازعات المقصودة المتسربلة بلباس العداء قد احتلت مكان جميع أشكال الخلافات ، وإذا كان واحد من الاثنين يعلم علم اليقين بأنه المخدش الشعور ، أو المغضب . فمعنى هذا كله أن المصاعب جمة ، وأن العقبات غفيرة ، ولا مهرب للاثنين من التعاون على تذليلها ! .

ولا يغربن عن البال بأن الخصام متى استحكم ، والنزاع متى استمر ، فتجاوز الخلافات التافهة ليس لهما فيه حيلة . وأحياناً يحتاج الاثنان إلى فريق ثالث يعينهما على تمحيص المشكلات ، وتشريح هذا «المريض» الذى يقف بينهما كجدار منيع لا سبيل إلى اجتيازه .

إنها التجربة القاسية هذه الخلافات النابعة من أضاليل تهيم فى متاهاتها النفسان وربما الروحان ! .

إنها التجربة المرعبة !

بيد أن البديل . أى استمرار التنابذ لا ينتهى بهما إلى نتيجة ! ، وتستمر المشاحنات ، ولكنها لا تمس المشكلة الأساسية ؛ ويكتب للزواج مصيراً منكوداً .

التفهم الحقيقى والتفاهم الصالح يبدأ متى أطلق من عقله التوتر النابع من مشاعر مخنوقة ! ولكن الخطر ماثل ، فقد تتسابق الأحداث ، ويقع الانفصال قبل أن تقع المعجزة ! .

والناس فى أحوالهم هذه يواجهون محنة مهولة ، ولهذا فإنهم يهرعون إلى العلاج الذاتى ، والتذليل الذاتى ، ولا يعتمون أن يبصروا العقد تنحل تباعاً ، لتتوثق علاقة من نوع جديد .

«أنا وزوجى ولجنا دوامة التنازع ، ولا أتوسم الخير من هذا الخصام ، ولكنه قد يكون بانى بيت لا هادمه !» .

تخاصما كل يوم من أيام السنين العشر ، ولكنهما اكتفيا كما يتراءى ، فقللا واقتضبا! .

والآن ـ قالت هى ـ أستطيع أن أستوضح منه عن سبب ازوراره وتنائيه ، بدلاً من الصمت الممض ، أو التذمر والشكوى من أنه خامل كسول ، لا يساعد يوم الأحد ! وحين نقتتل ونتبادل اللكمات بالكلمات ، أعرف أننا نتواصل ، وهذا خير من القطيعة .

والواقع أن القتال الحقيقى هو الاتصال الحقيقى ، ونفض ما فى النفس من أحاسيس القهر ضرورى لصحة الزواج ودوامه ، مثلما الحب والعطف ضروريان ، ومثلما الرغبة ضرورية .

وكما يتعلم الزوجان فنون القتال ، يتعلمان فنون الحب ! .

سألنا الأزواج والزوجات عن الأسباب المؤدية أكثر من سواها إلى الخصام ، وسيـذهل القـارئ متى اطلع على هذه الأسبـاب ، وقـد ينسب إلى الزوجين المتخاصمين المتنازعين الخبل والغباوة ! .

الأولى ، عمرها ٣٩ عاماً، محاسبة متزوجة منذ ١٢ سنة، لها ولدان .

كلما أرسلت زوجي لشراء ما يحوجنا ، يرجع بكـيسين محشـوين بالبقـالة ، وليس فيهما شئ للأكل ، وفي أحد الأيام عاد باثنتي عشرة علبة تنظيف ، وهتف بفخر «**صفقة عظيمة**» ! .

واشطت غاضبة كلما فتحت الخزانة ورأيت العلب المرصوفة في أعلى رف منها وكان يأتي أحيانا ويسأل : «**ما العشاء؟**» فأجيبه : «**مواد تنظيف!!**» .

الثانية ، عمرها ٢٧ عاماً ، صحفية تزوجت قبل ثلاث سنين .

زوجي لم ينظر نظرة جدية إلى الأعمال المنزلية ، أو يشارك فيها راغباً . مثلاً إن هو غسل الأواني ـ وقلما يفعل ـ يترك بضعة صحون على المائدة ، أو يغفل عن تنظيف الحوض عندما ينتهي ، وأحياناً أتناول قدحاً فأجده مرقشاً بالليمون الجاف ، فهو لم يدخل فيه الأسفنجة .

وهنا يحفزني الغيظ إلى التهكم ! .

الثـالث ، له من العـمر ٣٥ سنة ، مـهندس كيـميـائي ، متـزوج قبل ثمـاني سنوات ، أب لثلاث أطفال .

زوجتي منـظفة ملزمة ، لا أراها إلا منـدفعة من مكان إلى مكان في المنزل ، تفرغ منافض السجائر .

وقبل أن أسن قوانين البيت ، لم أكن قادراً على الاسترسال في النوم صباح أيام العطلة لأنها كانت تنهض في السادسة والنصف وتأخذ في تنظيف قاعة الجلوس بالمكنسة الخوائية . ويوم الأحد كنت أغادر الفراش لأقرأ جريدة الصباح ، وأترك

الأقسام الأثيرة من الجريدة على المائدة وأذهب إلى المطبخ لإعداد فنجان من القهوة . ولدى عودتى لا أجد تلك الأقسام ، لأنها تقذف بها فى سلة المهملات . وأشعر بالتوق إلى دق عنقها . وتندلع النار ، ويستعر الأوار ، ويمضى النهار فى تنابذ وتناحر ! .

الرابعة ، عمرها ٢٩ عاماً ، متزوجة قبل أربع سنوات .

كنا نتبارز فى كل شهر متى آن أوان دفع الديون . فهو يراجع الإيصالات ، ويقول : «ماذا فعلت هنا؟ هل اشتريت المخزن برمته؟» . أو يقول : «لماذا فاتورة البنزين بهذا الحجم؟ هل أكثرت من الذهاب والإياب؟» .

وليس هذا فقط ، فهو ينتقد أعمالى ، وينعى على إسرافى إن رميت بمتبقيات الطعام .

الخامسة ، ٣٧ عاماً ، متزوجة قبل ست سنين .

عندما نسافر معاً يبدأ الخصام والشجار ، أولاً يخطئ فى الاتجاه ، ولكنه يرفض السؤال عن الطريق الصحيح متى ضللنا السبيل . وهكذا يستمر فيقطع عشرة أميال على الأقل قبل أن يدرس الخريطة . ثم ، يضيف إلى العشرة ميلين اثنين مفتشاً عن فندق يتقاضى أقل من سواه ، أو يمتاز بما يحيط به من المشاهد . وأحياناً يقود السيارة ساعة كاملة قبل أن يقرر .

ويفعل الشئ نفسه عندما نخرج لتناول العشاء .. فنمشى حتى تكلّ أقدامنا باحثين عن مطعم يصادف هوىً من نفسه . ويكون الجوع قد ضورنى ، فأتوسل إليه «أرجوك ، أى مطعم كان» ! .

السادسة ، لها من العمر ٣٢ عاماً ، متزوجة قبل أربع سنوات .

.... حسناً ، لن أنكر .. لا أتحمل ما يفعله زوجى ، فهو يدخل الحمام فيرفع المقعد ويتركه مرفوعاً . وقلت له ألاّ يفعل ، رجوته ، تصادمت معه .. ومع ذلك تركه مرفوعاً هذا الصباح ! .

عندمـا يجن جنون أحد الزوجـين من الآخـر

« فجأة ، تتحول نظرة أحد الزوجين إلى الآخر فيراه إنساناً لا يمكن احتماله ، ولا مجال للعثور على حسنة واحدة فى تصرفاته . ولكن على الأول أن يتريث : ذلك أن التصرف الحكيم خصوصاً فى الأوقات العصيبة ، يستطيع جعل الزواج أقوى وأكثر متعة » .

ما من زواج إلا وسيمر عاجلاً أو آجلاً بفترات عصيبة وأوقات يحدث فيه للتوازن الحاصل أن ينفجر بحيث يكثر القتال وتستفحل المشاحنات ويستحيل على أى من الزوجين أن يحقق رغباته أو يحصل على ما يحتاجه . إليكم هنا بعض الاقتراحات حول التعامل مع النزاعات الزوجية .

على كل من الزوجين أن يسمح للآخر بفترات وقتية يخرج فيها عن التفكير أو التصرف السليم . فما من شخصين تربطهما علاقة وثيقة لأمد طويل إلا وسيمران بفترات من التنافر قد تربك هذه العلاقة . والزيجات الأفضل ، هى تلك التى تسمح ضمناً بهذه العواصف . فإذا وافق سلفاً كل من الزوج والزوجة المتعلقين بحب واحدهما للآخر ، أنه لا يستبعد أن يشعر فى بعض الأحيان بالحسد والغيرة والملل والانزعاج ـ وحتى الغضب ـ عندها لن يصابا بالذعر عندما يحدث شئ من هذا القبيل .

أود أن أقترح على الرجال والنساء أن يفسحوا المجال لشركاء حياتهم أن يخرجوا ـ لفترات محددة ـ عن اتزانهم وتفكيرهم وتصرفهم السليمين . إذ أننا جميعاً نسير على الحافة اللاعقلانية ويتجاوز معظم الناس هذه الحافة من وقت لآخر . فإن سمحت لبعض العواصف بأن تهب ، فترقب بدون شك حصول بعض الخلافات ، ولا تقفز نحو استنتاجات وردود فعل سريعة . إذ أن الطلاق على وجه الخصوص لا يكون ضرورياً فى الغالب .

تطلق بيتى فورد زوجة رئيس الجمهورية الأمريكية السابق على هذا الوضع تعبير السخاء فى الحلول الوسط . فعندما خططت وجيرالد فورد للزواج ، تحدثا طويلاً فيما يتوقعه كل منهما من الآخر . تقول السيدة فورد : «عملنا على تحديد ما نهدف إليه بطريقة رجال الأعمال تماماً ، فاتفقنا على عدد الأولاد الذين نود إنجابهم ، وقررنا أن الزواج الناجح لا يقوم على المناصفة وأن لكل طرف خمسين بالمئة كما تدعى بعض الآراء . بل اتفقنا على ٧٥ و ٢٥ بالمئة . قد تكون لى نسبة إلى ٧٥ فى المئة أحياناً ، وقد تكون لجيرى» .

* اعترفا بأن الغضب عاطفة عادية

لا أحد يحب الغضب ولكن باستطاعتنا أن نتعلم بأن الغضب تعبير عادى من قِبَلنا ومن قِبَل شركاء حياتنا .

يحدث فى بعض الأحيان أن نكون مبرمجين من الماضى على مخاوف لا مبرر لها من جميع المشاعر السلبية . تحدثت مع مريض سبق له أن تزوج ثلاث مرات وتورط فى عدد لا يحصى من العلاقات الغرامية . فاتفقنا على الغوص حتى أعماق مصاعبه مع النساء . وبعد ظهر أحد الأيام ، جاءنى بعد تناوله طعام الغداء مع صديقة له وإذا به منشرح الصدر لخلاف وقع بينهما.

قال : «كان ما حدث رائعاً ... فللمرة الأولى حسبما أتذكر ، يحل بى الغضب من امرأة ، ثم نتدبر الأمر لمعالجة الموقف ، وهكذا قبل انتهائنا من الطعام ، عدنا صديقين من جديد . أما فى الماضى ، وعندما كان الغضب يحل بى (الأمر الذى كان نادراً ما يحدث) ، فكانت النساء تواجهن عاصفتى بمثلها ، ثم تذهبن إلى غير رجعة» .

ألححت عليه قليلاً لأننى لم أستطع التصديق بأن جميع النساء اللواتى دخلن حياته تعاملن مع غضبه بهذا القدر من السوء . فسألته : «هل كان مسموحاً لك أن تنفجر غضباً فى طفولتك ...؟» .

أجاب : «كنت عندما أفعل ، لا ألبث أن أدفع الثمن . لأن والدتى كانت تتألم من تصرفى هذا وتنسحب ، فتحل بى مشاعر الذنب » .

ثم خلد إلى التأمل قليلاً قبل أن يتابع . «أذكر أننى كنت أذهب إلى غرفتى حينذاك وأقنع نفسى بما معناه أننى كنت سيئاً بكل تأكيد لإيلامى والدتى إلى هذا الحد » .

لم يعد صعباً إذاً تفسير خوفه الشديد من غضبه وزعمه أن النساء تتفاعلن مع هذا الغضب بنفور يتجاوز حقيقة الأمر .

على أن هناك أسباباً أخرى تدفعنا نحو ذعر غير طبيعى عند حدوث نزاع . فربما كان والداك يكثران من المنازعات ويبالغان بحدتها ، فتوصلت أنت إلى قرار بعدم السماح أبداً لهذا التصرف أن يدخل زواجك ؛ وربما حدث لتجربة سيئة مع حبيبة سابقة أن زعزعت مقدرتك على احتمال خلافات عادية فى زواج موفور الصحة والعافية .

* أزعـــم بوجـــود الأفـضل فـى شريـك الحيـــاة

قد تختلط عليك الأمور ؛ هنا فى تفسير المشيرات حيناً بعد آخر ، لذلك فمن الحكمة أن تتجه نحو التفسير الأفضل بدلاً من الأسوأ . وإلى حين تتأكد من وجود الخطأ ، ابق على الظن بأن ما حدث لا يعدو مسألة سوء فهم بينك وبين شريك حياتك ، بدلاً من اعتباره يتعمد إيذاءك .

خذ مثلاً على ذلك وضعاً لشخصين شابين حديثى العهد بالزواج . حدث لهما عدة مرات بعد الذهاب إلى الفراش أن تبادلا هذا النقاش حول قفل الباب :

« هل أقفلت الباب الخارجى؟ »

« لا ... ظننتك أنت فعلت ذلك »

فيهب أحدهما مغتاظاً للقيام بالمهمة . إنه مصدر انزعاج بسيط ، ولكنه ينمو ويتراكم ، إلى أن حدث الانفجار بينهما فى إحدى الأمسيات . اتهم كل منهما

الآخر أنه لا يأخذ مشاعره بعين الاعتبار ، بل بالأحرى يستغله . وظل الأمر بينهما على هذا القدر من السوء طيلة الليل ، ولم يكتشفا ما يختبئ وراء مشكلتهما من سوء فهم إلا صباحاً عندما عادت الأمور إلى مجراها تقريباً . مجمل القول أن العروس عندما كانت في بيت عائلتها ، كان والدها هو الذى يقفل الباب دائماً أما بالنسبة إلى العريس فقد كانت هذه المهمة تقع على عاتق والدته . من هنا كان الظن السائد عند كل منهما أن الآخر على علم بمسؤوليته في قفل الباب ؛ وعندما لم يقم هذا الآخر بواجبه ، كان تصرف الأول ينبع من مشاعر غضبه .

هذا الحادث الصغير هو مثل جيد على مدى دور النفور عندما يبدأ بالنمو والتراكم داخل إطار الزواج إذ تنمو المشاعر السلبية بين شخصين نتيجة لبعض المزاعم الخاطئة . وعندما تبلغ الأوضاع حدها من السوء يزعم كل منهما أن الآخر يعمل على أساس أهداف خبيثة . معنى هذا أن من المستحسن أولاً الزعم بالأفضل والبحث عن حقيقة الأمور قبل الأخذ بسوء النية وبالتالى إدانة الشريك الآخر .

عندما يتصرف شريك الحياة ، أو يتحدث بحدة أرجع ذلك على أنه نابع من تألمه بدلاً من غضبه . من السهل جداً علينا أن نخلط بين الألم والغضب ، والزعم المأمون عند التعامل مع مشاعر سيئة تصدر من شريك حياتك ، أن تعتبر انفعالاته هذه تعكس تألمه منك بدلاً من اعتباره أنه يضمر لك السوء . فكلما بكَّر أحدكما وتعلم أن يقول : «أشعر بالتألم» بدلاً من أن يتصرف أو يتحدث بحدة . كلما تحسن الحب الذى يجمع قلبيكما وفى الوقت ذاته ، ابحث عن مَكْمن التألم وأسبابه قبل أن ترد الصاع صاعين .

اعلم أن تعاسة شريك حياتك ليست مسؤوليتك دائماً . مرة أخرى هنا ، وقبل الزعم بأن علاقتكما غارقة في المتاعب ، حاول البحث عن السبب الرئيسى لتعاسة شريك حياتك . فقد لا تكون لك علاقة مباشرة بذلك .

كثيراً جداً ما يحل بنا الغضب من شريك حياتنا لمجرد أنه غاضب . ذلك أننا لا نحب مَنْ أى كان أن يزعزع هدوء بيتنا وصفائه ، ونريد من الناس أن يشعروا

بالانشراح لوجودنا .

الهدف من هذا القبيل محق ومفيد ، ولكن لن يكون واقعياً منا أن نتوقعه طيلة الوقت ، بل سيحسن الزوجان صنعاً عندما يدركان أن كل منهما سيحل به بين الحين والآخر شئ من البؤس . وقد تحل التعاسة بهذا أو بذاك بسبب رئيسه حيث يعمل ، أو بسبب صداع نصفي يعاني منه . ففي أوقات مماثلة ومشابهة لتلك قد لا يكون شريك حياتك قادراً أن يعبر عن الكثير من العواطف التي يكنها لك ، إلا أن مزاجه الوقتي هذا ليس خطأك . السؤال الأول الذي تطرحه هو «هل قمت من جانبي بشئ ما أغضبك؟» فإذا جاء الجواب سلباً ، يكون السؤال الثاني : «إذاً هل أستطيع عمل شئ لمساعدتك...؟» فإذا جاء الجواب بالنفي يصبح عليك أن تتركه لحاله . وهكذا ، عندما تعترف بحقه في المشاعر السيئة حيناً بعد حين ، تكون قد قدمت له هدية رائعة .

* خذ حذرك عندما تحمي حقوقك

أنا أشجع الناس على دخول الزواج يحدوهم أمل معقول بأن بعض الحاجات إلى الحب سوف تتأمن وتتحقق ، وليس من الأنانية في شئ أن يطلع أحد الزوجين شريكه الآخر على رغبة لم تتحقق . إلا أن بعض الناس يتسرعون في الحصول على حقهم . بحيث تكون السعادة التي تتوفر لهم مزيفة . فجميعنا على معرفة بأشخاص يسلكون دروب الحياة صارفين معظم ما يتوفر عندهم من طاقات عاطفية في نشاطات عنوانها الدفاع عن النفس .

هذه الميزة تعني القليل جداً من الحب . أما الأشخاص المطمئنين ، فهم لا يرون عند كل حالة من سوء الفهم فرصة أو مناسبة لتأكيد ذاتهم وحماية حقوقهم . ذلك أن هؤلاء الناس باستطاعتهم العمل بحلول وسط للتخلي عن حق ما دون شعورهم بحدوث ما قد أساء إلى موقفهم .

* تنبّـــهوا إلــى حـالــة كــبش الفـــداء

حاول ألاّ تدفع شريك حياتك إلى الشعور بأنه مسؤول عن الأشياء التى تحبها فى نفسك فقد عمد العالم النفسانى كارل يانغ إلى تشجيع مرضاه ليواجهوا الجانب المظلم من شخصياتهم عوضاً عن إلصاق خصائـصهم السـيئة بالمحيطين بهم . وقد أطلق على هذه العملية اسم «التحويل إلى كبش فداء» .

إليكم هنا كيف تتفاعل هذه الحالة . لما كنا لا نستطيع احتمال بعض الأشياء السلبية فى أنفسنا ـ أنانيتنا ، أو كسلنا ، أو غضبنا على سبيل المثال ـ فإننا نعمل ببساطة على دفعها لتغور فى عقلنا اللاوعى ظناً منا أننا تخلصنا منها . ولكنها فى الواقع لا تلبث أن تأخذ إلى التسرب خارجة ، حيث نميل هنا إلى التعامل مع هذا التسرب بنكراننا أنانيتنا ، واتهام المقربين إلينا بهذه الأنانية . والأشخاص الأكثر احتمالاً لتلقى هذه المشاعر السلبية التى نبثها هم أحبائنا بالذات . من هنا تدعونا الأهمية إلى الانتباه إلى أن اتهام شريك الحياة الذى نحبه بقيامه بعمل ما هو فى الواقع تصرف نسلكه نحن فى حقيقة الأمر .

* اعتــرف لشــريك الحياة بحق التعــبير عن عواطف متناقضة

نحن نميل لننظر إلى الحب ببساطة بالغة وننتظر من شريك الحياة أن يكون هذا الشئ كله بكل معانيه ، أو نقيضه بكل معانيه . هل يحبنى أم لا؟ إذا كان هذا هو السؤال الأول والرئيسى فى أدمغتنا ، وحدث أن انفجر الشريك قائلاً فى يوم من الأيام «لا .. أنا لا أحبك» . فربما تفقد الأمور زمامها بينكما فتستنتجون أنه لم يبق أمامكما سوى السعى إلى الطلاق .

«الحقيقة أن مشاعرنا نادراً ما تكون سوداء أو بيضاء جداً . بل نحن أشبه بمزيج معقد للعديد من العواطف ، حيث تكون السيطرة لأحد المشاعر يوماً ولمشاعر أخرى فى يوم آخر . من هنا يصبح أن عدم شعور شريك حياتك بحبك اليوم ، ليس معناه أنه كف عن حبك تماماً . قد يكون غضبه منك على أشده لأنك نسيت إلغاء

موعده مع طبيب الأسنان ، وسيضطر مكرهاً للذهاب إلى هذا الموعد . ولكن غضب اليوم لا يعنى أنه لن يشعر غداً بالحرارة والحب نحوك .

معنى هذا بكلمات أخرى أننا نرتكب خطأ فادحاً عندما نزعم أن الحياة العاطفية لشريك حياتنا إما ثابتة أو ذات بعد واحد . بل هى معقدة حيناً ومرنة أحياناً أخرى وتدعونا الأهمية إلى القبول بهذا الواقع .

* غيّروا أنظمة ترابطكم

ومن أفضل ما جاءتنا به الأبحاث العائلية فى السنوات القليلة الماضية هو تطبيق نظرية النظام العام على الحياة العائلية . عندما يتزوج شخصان ، تعتبرهما النظرية جزئين منفردين كل منهما بذاته يتحدان معاً متحولين إلى نظام واحد ، حيث لا يلبث هذا النظام أن تصبح له حياته الذاتية ، دافعاً بالجزئين أن يتصرفا بطرق لم يكن أى منهما يعتمدها وهو وحده .

وأنا عندما أعود بذاكرتى إلى الوراء نحو التعثرات التى سقط زواجى فيها ، أدرك أنه لم يخطر لى أبداً ولا لزوجتى أن نظرنا إلى زواجنا كنظام نعمل على صنعه . ثابرنا ننظر إلى أنفسنا كأفراد ، فإن سارت الأمور بيننا على غير ما يرام ، فلاشك أن واحدنا يرتكب خطأ ما . أما فكرة الجلوس والنظر إلى أنظمة العلاقة والعادات التى انزلقنا إليها عندما دخلنا فى وجود أحدنا بالآخر ، فهو أمر لم يلفت أنظارنا أبداً .

ولكن الحقيقة أنك عندما تعيش مع شخص ما بضع سنوات ، تكون قد جمعت ذكريات لمعضلات سابقة ولحلولها ، لأنظمة تفاهم ، لتسلسل سلطات ، وهذه جميعها تتراكم متحولة إلى كتلة معطيات يمكنك الاسترشاد بها فى كل مرة قبل إقدامك على عمل ما .

* لا تتطرق إلى موضوع الطلاق إلا إذا كنت تعنيه

كثيراً جداً ما يحدث عندما تهب العواصف بين الزوجين أن يأتى أحدهما على ذكر الطلاق كاحتمال وارد بينما كل ما يعنيه هو إقناع شريك حياته بخطوة الوضع . وهذا التدبير خاطئ . فعندما تشعر أن كلامك لا يلقى أذناً صاغية ولا يصغى إليه باهتمام ، لك الحق بقول ذلك . ولكنك عندما تحاول التعبير عن يأسك بحديث كله صدمات ، عليك أن تكون متأهباً ليأخذ شريك حياتك ما تقوله مأخذاً جدياً . وعندما يكثر الزوجان من الحديث عن الطلاق ، فإنهما ينتهيان وكل واحد منهما فى بيت مستقل . والمأساة هنا هى أن الموضوع لم يطرح لأن أحد الزوجين يعنيه بجدية ، بل لأن واحدهما راغب بحب الآخر .

******

كيف تكفان عن لعبة اللوم؟

عندما تبرز المشاكل على نحو المتوقع فى الزواج ، قلما يفكر الزوجان ويناجيان نفسيهما بقولهما «أى خطأ ارتكبت؟» . فهما يبادران بلوم بعضهما بعضاً . هو يواصل اللوم محيطاً إيّاها بالطريقة التى اختارتها وكانت فاشلة . وهى بدورها تسلقه بألسنة حداد معدّدة طرقه فى استباحة كرامتها . أو ينسحب الاثنان فى سريرتهما اعتقاداً بأن الآخر هو سبب التلاحى والشجار .

وهذا التصرُّف ليس لغزاً غامضاً ، فالإنسان يطلب السهل والأسهل ، فتوجيه اللوم إلى الغير أيسر من توجيهه إلى الذات .

والمؤسف أننا عندما نَلوم شريك حياتنا ، نضطره إلى لومنا ، هذا خياره الوحيد عندما نضيّق الخناق . فمتى شعر المرء بأنه اتهم ظلماً ، يكن تجاوبه ردُّ فعل مماثل ، وكأنه يقول : «إن كان بغيتك إهانتى والحطُّ من قدرى ومنزلتى ، فسأبدهك بموقف مماثل . ويتضاعف النقاش وتستعر نار الحجاج ، كل واحد يشعر بأنه مُرغم على الدفاع عن نفسه ، والدفاع يكون بالهجوم .

وما أن تصبح العلاقة دفاعية هجومية ، يصعب على الزوجين تلافى الأسوأ ، ولكنهما يستطيعان الوصول إلى تفاهم إن هما امتنعا عن تبادل اللوم .

١- لا تتكالبا بغضب :

على الزوجين أن يذلّلا الصعاب بعدل وإنصاف ، وهذا يستحيل عليهما متى شعرا بالغضب والانفعال . لا تتبادلا القصف بقنابل الغضب ، اكتما ما فى صدريكما ولا ترخيا العنان للسانيكما قبل أن تهدأ ثورتكما . وفى هذه الأثناء فكّرا بالدوافع . كونا عادلين منصفين ، واعترفا لنفسكما بخطئكما .

٢- ليتكلم كل منكما بدوره

لا شئ يُخنق ويثير الغضب ـ خاصة متى شعرتما بالضيق ـ مثل إقدام أحد على مقاطعتكما وأنتما تحاولان شرح مشكلة فوجئتما بها . ولا شئ أصعب على الإنسان متى اتُّهِمَ دون حق . والتهمة الموجهة بضجيج وعنف يهون وقعها إن تكالمتما كل بدوره : أحدكما يتكلم ، والآخر يصغى ، ثم يتكلم المصغى ، ويصغى مَنْ تكلم . وليكن الكلام بصيغة المفرد : «أنا أريد» «أنا أشعر» «أنا أحتاج» .

٣- فكرا بالتهمة وامتحناها

تأملا فيها لتحسنا التقدير . لا تتعجّلا فى الدفاع عن نفسيكما ، أو لصدّ ما تعتبرانه افتراءً ، ليحاول كل منكما الحصول على صورة واضحة جليّة لما يزعج أحدكما من الآخر . قد تضطران إلى المطالبة بتحديد الأسباب . مثلاً إذا بدأ الزوج كلامه بقوله «أنت دائماً ...» أو «أنت تمتنعين دائماً ... » على الزوجة أن تطالبه بشرح الحادث الفعلى ، لتتمكن من تعيين مصدر انفعاله وهياجه .

فالتعامل مع الأسباب المحدّدة على نحو واضح أسهل من كيل التهم عشوائياً ، وتكون على الأرجح مبالغاً فيها ، ولا تسفر إلا عن قلق مضاعف .

أما إذا تجاوب الزوج بذكر المزيد من الأسباب المحدّدة التى لا يتسنى للزوجة معالجتها برصانة وروية ، يجدر بها أن تضع حداً لغُلُوائه فتقول : «هذا أكثر من معالجته فى وقت واحد ، وأرى أن نبحث فى القضية الأولى!» .

٤- سلى زوجك عن شعوره

اعلمى أن لمهاجمة زوجك لك ، شعور بالتعاسة استحوذ عليه . أمر يعتبرك مسؤولة عنه ولكن قد يكون مخطئاً ، والطريقة الوحيدة لمعرفة الحقيقة هى باستدراجه إلى الكلام عن نفسه . سليه : «ماذا تشعر؟ هل لديك رأى فى إجراء تغيير؟ دعيه يتأكد من رغبتك فى حل المشكلة معه . حلاً يرضيكما» .

٥- لا تردى الهجوم

إذا تجاوبت مع اللوم بمزيد من اللوم ، تديمى الدورة . حاولى التعرُّض لها ووقفها . امتنعى عن الجدال لحظة ، وعلّقى على المنحى الذى اتخذه . فى وسعك أن تقولى مثلاً : «نحن بدأنا ننحى باللوم على بعضنا البعض من جديد . فلنكف عن هذا التصرف الشائن . لاشك فى أن محاولتك هذه تتطلب جهداً من قِبَلِكْ . ولكنه جهد ضرورى لأنك إن رفضت لعبة التراشق باللوم ، فلا يلبث أن يخف ويكفّ » .

٦- لا تقنطى

عوضاً عن الاستجابة للغضب بغضب مماثل عندما يشن زوجك الهجوم عليك حاولى مغالبة التوتر بفكاهة ظريفة . وهذا يسفر عن نتائج طيبة . متى كانت المشكلة صغيرة نسبياً ، وعلاقتك بزوجك علاقة ودٍّ ومحبة . قصّت امرأة وهى تضحك حادثة نَجَمَ عنها شجار وعتاب ، جعلها ترفع عقيرتها بالصياح كامرأة فقدت عقلها ، ولما امتنع زوجها عن المجئ إلى غرفة الطعام فى أول الليل بعد أن دعته بضع مرّات . ولما جاء أخيراً قالت له : « مرة واحدة أتمنى أن تأتى عندما أناديك » .

وسألها زوجها مبتسماً : «مرة واحدة ، ما رأيك فى اليوم الثالث من تشرين الثانى ؟» وضحك الاثنان وما كان سيتحول إلى جدال حامى الوطيس مشرباً بالعداء تحوَّل إلى بحث لطيف تجلى فيه ما يختلج فى صدريهما من حب . وفى النهاية قطع وعداً على نفسه أن يستجيب لأول نداء .

إنه لخليق بالزوجين أن يعلما فى أى وقت يفيدهما هذا الأسلوب ، وإلا فإن الظرف يبدو انتقاداً وسخرية ، ويعطى عكس النتائج المرجوة .

٧- لا تحاولى إعادة جبله وتكوينه

أتلومين زوجك لأنه الشخص الذى رجوت أن يكون ؟ تخلى عن قول «يجب أن تكون» فَلِكَىْ ينجح الزواج على الزوجين أن يتقبَّلا بعضهما بعضاً كما هما .

تناسى المثالية التى رجوت أن تجديها فى زوجك . فكّرى بعلاقتكما بمنطق «أنت» و «أنا» لا تحلمى بروميو وجولييت ، فالخيال لا يجديك نفعاً ، الخيال يعود على صاحبته بالوبال . اعرفى منْ هو زوجك ، وليعرف هو من أنت . انفيا يجب أن تكون أو تكونى ، فيتلاشى اللوم ، ويعمُّ التفاهم .

٨- انفتحا ... لا تتشكتما

.اللوم عبارتنا فى محاولة إظهار قوتنا ، بينما نَشعر فى أعماقنا بتعرضنا للضرر ، والقلق ، والخوف . وكثيراً ما تتصنّع المرأة الغضب كى لا تبكى . أما الرجل فيظن أن إظهار الشعور لا يتفق مع الرجولة ، ولهذا يبادر إلى شنّ الهجوم . ولا يدرك أى منهما مقدار الألم الذى يعانيانه ، فيحرما من فرصة التقارب بالحنان والمحبّة .

والمشكلة تجعل البالغين من كلا الجنسين يتخبطون فى ضلالهم وجهلهم .. يخلطون بين «السيطرة والنضوج» ، بينما النضوج الصحيح يستوعب سلسلة شديدة العمق من العواطف . والناجح حقاً لا يخشى التعرّض للأذى ، هو شجاع يحيط زوجته علماً متى شعر بالألم .. شجاع لا يتردد فى طلب المساعدة . إنها المحررة المحرِّرة من دورة اللوم . المقربة بين الإرادتين ، وبين الشعورين والعاطفتين .

لهذا نقول : روح فى جسدين ! .

*****

خلافاتنا تتمحور دائماً حول أمور واحدة قديمة

هو يقول :

« لم تقدّرينى قط ، ولم تحبينى »

« أنت دائمة التذمر والشكوى »

« أنت مسرفة مبذرة »

« أنت تبغضين أصدقائى »

« أنت صورة طبق الأصل من أمك »

هى تقول :

« أنت لا تساعدنى أبداً »

« أنت جلف أخرق »

« أنت تافه »

« أنت تكره عائلتى دائماً »

« أنت صورة طبق الأصل من أبيك »

عندما لا تنالين ما تنتظرين من زوجك ، وعندما لا ينال ما ينتظره منك ، يحاول كل منكما تغيير ما فى نفس الآخر .

حرب لا غالب فيها أو مغلوب ، حرب متواصلة لا تضع أوزارها . ولكن كيف تقلّلان من غُلُـوائكما ، وتعدّلان من توقعاتكما ؟ .

يُجن جنون سوزان كلما أخفق زوجها جوزيف فى موازنة دفتر شيكاته ، ولو أنه لم يحدث قط أن رُدَّ له شيك لعدم وجود رصيد . ويذكر جوزيف الطلاق عندما تقدم له طعاماً للعشاء من شرائح اللحم البارد . ولكنها لا تفعل ذلك إلاّ لماماً .

ويشده جوزيف ردود فعل سوزان ، وتتألم هى من ردود فعله . والاثنان يأخذان موقف الدفاع فلا يفكّرا فى أسباب تنابذهما .

قد تسأل سوزان نفسها أى رجل فى ماضيها كان ينفق المال دون تفكير . ويسأل جوزيف نفسه أى امرأة فى ماضيه صرفها عملها المتواصل عن إعداد طعام العشاء الساخن . ولعلهما يكتشفان أن الرجل فى ماضى سوزان كان أباها ، وأن المرأة فى ماضى جوزيف كانت أمه .

قال الفيلسوف جورج سانتايان : « الذين لا يتذكرون الماضى محكوم عليهم بتكراره » . كان الفيلسوف يعلق على عجز الإنسان عن وضع نهاية للحروب . ولكنه فى الآونة نفسها كان دون أن يشعر يعلق على أسباب تعدد الخلافات الزوجية ! .

معظم علماء النفس يوافقون على أن نظرتنا إلى الحياة ، وعلاقاتنا مع سائر الناس تتأثر أعظم تأثر بعلاقاتنا مع أبوينا .

فى عملى كطبيب نفسانى ، وكذلك فى حياتى الخاصة ، لاحظت أن لهذا التأثير الأبوى مفعولاً كبيراً جداً ، يجعل الإنسان يطالب بعلاقات مماثلة عندما يتزوج .

ولا يكون لهذا النموذج إن تحقق ، نتائج كريهة ، إذا كانت التجارب التقويمية صالحة يسودها الوئام والحب . على سبيل المثال : إن خدم الحظ امرأة كانت علاقتها بأبيها علاقة حب ومودة ، فقد تعيد خلق هذه العلاقة مع زوجها حينما تبلغ أشدَّها وتتزوج . أما إذا كانت علاقتها به وهى طفلة وصغيرة . مفككة العرى ، خالية من الحب والولاء ، فإنها دون وعى وتقدير تعيد خلق ذلك الشقاء فى حياتها الزوجية .

فماذا يرغم الناس على إعادة خلق الماضى حتى لو كان ماضياً تعساً متعسراً ملتوياً؟ ومهما جرى بالفعل بين الأب وطفلته ـ حتى لو كان حظ الطفلة من الحب ضئيلاً ، حتى لو عاشت مهملة منسية ـ فإنها عادة تعتبر تجربتها «حباً» ،

وفى حياتها متى غدت بالغة مدركة تطلب العلاقة التى تختبر فيها معاملة مماثلة ، «حباً مماثلاً» .

وكثيراً ما نجد أننا نغترف فى تطرفنا من هذه الأنماط المنغرسة فينا بما نظهره من تفاعل مع زوجنا تفاعلنا السابق مع أحد أبوينا . امرأة كانت أمها تخدم زوجها وتضحى براحتها وصحتها من أجله وطلباً لمرضاته ، تشعر متى تزوجت بحافز قاهر على محاكاة أمها فى خضوعها وخنوعها . لقد كانت أمها لها مثالاً يحتذى لما يجب أن تكون عليه الزوجة ، ولما يعنيه حبها له كرجلها . ولكن ماذا تكون النتيجة لو أظهرت المرأة قوة ، لو أظهرت كياناً راسخ الجذور ، لو أثبتت أنها غير لائقة «كزوجة عبدة» ، لو عبّرت له عن غضبها وسخطها إذا استحق الغضب والسخط ؟ .

وأنا أستقبل أيضاً رجالاً يكافحون لتكون أدوارهم محاكية ، لأدوار آبائهم بين أسرهم . يبذلون قصارى جهدهم لكسب المال الكثير . وينجحون فى دور المعيل المزود ، كما كان آباؤهم من قبلهم ، ومع ذلك وجدت فيهم الشقى ، ووجدت فيهم البائس التاعس الذى لم يذق طعم السعادة . هم يشعرون بوجود فاصل يبعدهم عن أولادهم ، وبوجود حاجز يحجب زوجاتهم عن أنظارهم ، إنهم كالغرباء فى بيوتهم ، فقد انغلقوا فى تصرفات آبائهم ، ولم يتبادر إلى أذهانهم ما يجعلهم يقيمون وزناً لاحتياجاتهم الحقيقية ولاحتياجات أسرهم .

* هل تكرر نمطاً ؟

بطريقة أخرى نعيد خلق الأنماط القديمة ، وهذه الطريقة تسلط جميع الصفات السلبية لأبينا على زوجنا إن كنا نساءً ، وجميع الصفات السلبية لأمنا على زوجتنا إن كنا رجالاً . لنفترض مثلاً أن أب الفتاة يكسب أكثر مما يحوجه من المال ، ومع ذلك يشكو غاضباً من الفواتير والمدفوعات بطريقة تزعج زوجته وأولاده. لنفترض الآن أن ابنة هذا الرجل اقترنت برجل موقفه من المال معتدل «ليس بخيلاً» ولكنه ينفق بتعقل متى اقتضى التعقل . فإذا قال هذا الزوج «اشتريت لرشا حذاءً ثانياً ؟» أو «ذهبت إلى سوق الشارع الخامس؟» فمن المرجح جداً أن تستعيد عاطفياً

تجاربها مع أبيها ، وتعتبر ملاحظات زوجها تقريعاً أقرب إلى العقاب . عند ذلك قد تتفاعل بشكل يفاجئ زوجها ، ويذهله ، فتظهر القلق ، أو العداء ، أو تتخذ موقف الدفاع ، دون أن تعرف السبب .

والشئ نفسه بالطبع يختبره الرجل .. مثلاً ، الرجل الذى ضايقته أمه وهو صغير فطلبت منه بإلحاح أن يساعد فى أعمال البيت ، أو أن يعتنى بإخوته وأخواته ، ويكون عازماً على قراءة كتاب ، أو متفقاً مع أصدقائه على لقاء فى ملعب . هذا الرجل تزوج وأنجب طفلاً . لدى عودته إلى المنزل لا تحتاج زوجته إلى أكثر من هذه الكلمات «قضيت يوماً صعباً مع الطفل» . وما أرادت زوجته من شكواها إلاّ استدرار عطفه ومحبته ، ولكنه يتحول آلياً إلى وضع دفاعى ، فلا يتبين حاجتها ، أو يلبى طلبها .

وأنا أساهم فى هذا «التحول السلبى» ، فأفترض أن زوجتى غاضبة علىّ لشئ فعلته بينما هذا الشئ لا يزعجها ألبتة . مثلاً : «زوجتى من غير ريب ستضطرب وتنزعج بخصوص قرار اتخذته – كسهرة أقضيها مع أصدقاء زاملونى فى الكلية – فأبدأ مسبقاً بالتكتم كأنى أشعر بالخجل . وهذا يثير أعصابها ، وإن كانت فى الأساس شعرت بالرضا لأنى سأرى الأصدقاء . أحياناً يتضح لى هذا النمط بجلاء فأتساءل إن كنت فى الواقع أريد أن تغضب زوجتى كى أحلّ نفسى من شعور الذنب لأنى سأرى أصدقائى وحدى ، أو لأن الغضب مألوف عندى مريح لى ، جزء من تجربتى الباكرة «للحب» .

بعض الناس يختارون شركاء ، ممشاهم فى الحياة كممشى الجنس المغاير لهم من والديهم – أحد مماثل فى بروده ، أو مماثل فى رفضه ، أو مماثل فى ضعفه – بأمل باطنى لا واعٍ أن يقوّم الزواج ما «انحرف» من العلاقة بينه وبين الأم ، أو بينها وبين الأب . مثلاً ، امرأة لم يعبّر لها أبوها عن حبّه الطبيعى يرجح أن تتزوج رجلاً قليل التعبير الطبيعى عن ولعه . مثل هذا الزوج يقع تحت ضغوط نفسية عظيمة .

فكيف يستطيع زوجان معاملة أشباح من الماضى تتجسم وتلازم الزواج؟

إحدى الطرق المفيدة تكون بالتفاهم والتواصل الصريحين النزيهين .

* مَــنْ يـــلازم زواجـــك ؟

عكفت زوجتى على تقطيع اللحم المتبقى من عشاء الليلة الماضية إلى شرائح ، وكنت أعـدُّ سلطة الخضر ، ولمحت على وجهها سمات اليأس والقهر ، ولما جلسنا لنأكل ، وضعت جميع الشرائح فى صحنى . فاستغربت الأمر لأنه كان يكفينا ويزيد عن حاجتنا ، ولأنها كانت تحب هذا النوع وتفضله ، وسألتها : «ما بالك ، ألا تأخذين قليلاً منها؟» فانفجرت باكية وسالت مدامعها ، ثم قالت : إن أمها كانت دائماً تصر على تقديم جميع ما يتبقى من طعام شهى إلى أبيها ، وهى افترضت أن أتوقع منها فعلاً مماثلاً . بالطبع تقاسمنا الشرائح ، وكذلك ازددنا قرباً وحبّـاً .

كنا محظوظين لأن هذا التوقع الزائف ظهر إلى العيان بسرعة ، فماذا كان يحصل لو كانت زوجتى أقلَّ صراحة ، فاكتفت بالقول : «لا أشعر بالرغبة فى الشرائح!» ؟ . فى أعماق قلبها كانت ستتألم وتغضب ، وفى النهاية ينجم عن هذا الغضب والتألم والكتمان ندم على زواج غير موفق .

وخير طريقة لمقاومة هذا النوع من التحويل السلبى غير المقصود التحقق بالاستفسار من زوجك مراراً ، وتكراراً ، خاصة إذا كان يتصرف بنمط لم تعهديه فى ماضيك . حدِّثيه بما تظنين أنه فاعل ، صارحيه بتأثير فعله فيك . وقد تكتشفين أنك لم تفهمى تصرفه أو أنك أسرفت فى ردود فعلك .

لقد علمتنى التجربة أننا بعد ترسيخ التفاهم مع أزواجنا كثير ما نجد أنهم لم يفكروا فى إلحاق الأذى بنا ، وأن تصرفهم ليس كما فهمناه ، وأنهم مستعدون للقيام بما يستطيعون تجنباً لسوء الفهم فى الأيام المقبلة .

والتمرين التالى يساعدك على تلافى الخصام . اجلسى مع زوجك وليكتب كل

منكما طوال عشرين دقيقة بحثاً عن موضوع متفق عليه : «لماذا زوجي يحبني ، أو ماذا يثير غضب زوجتي» ، أو «ماذا يزمع زوجي أن يفعل بحياته؟» وأنا أجزم أن كلاً منكما ستستحوذ عليه الدهشة لما يجده من فرق بين ما كتبه زوجك عنك وما تعلمينه أنت من حقائق عن نفسك .

* لينـدرج الماضـي فـي كفـنه

قد ترغبين في المتابعة بتمرين يستغرق ١٥ دقيقة يجعلكما تفهمان مصدر هذه المعتقدات الزائفة والتوقعات غير المعقولة التي يبديها كل منكما .

اكتب في خمس دقائق كل شئ عن الاتجاه تقرنانه بأُمّكما وأبيكما : هل كان أي منهما دائم اللطف ، أو دائم القسوة؟ هل كان أي منهما حساساً؟ أو أنانياً؟ حييأ أو شجاعاً؟ ثم في خمس دقائق أخرى اشرحا كتابةً كيف كان أبواك يتفاعلان ، وكذلك أبواه؟ ومَن كان السيد المطاع؟ ومن كان أكثر تعبيراً للعاطفة من الآخر؟ هل تبادلا الدور يوماً؟ هل كان الرفق متبادلاً ، أو البرودة؟ هل غاب أحدهما أمداً طويلاً ؟ ثم اكتب قائمة بالواجبات التي قام بها كل منهما في المنزل. كيف اشتركا ـ أو هل اشتركا فعلاً ـ في الطهو والتنظيف والتصليح ، والاعتناء بالأطفال؟ كيف أنفقا المال؟ من كسبه؟ من وفّره؟ وأخيراً ، قارني وصفك لزواج أبويك بتوقعاتك من زواجك .. هل تجدين تماثلاً مستغرباً يفاجئك؟ .

ولأننا بشر ، يبقى الماضي ملازماً لنا ملازمة الظل لظله ، وكلما حاولنا إنكار ذلك ، ازداد مثولاً طارقاً أنوفنا في وقت لا نتوقع مثوله وحضوره .

ليس من زواج موفق أو فاشل لأنه يشبه أو لا يشبه اتحاد أبوينا ، وما يثير المشاكل والمتاعب بين الزوجين هو التوقعات الجاسئة يحملهاكل زوج وزوجة إلى حظيرة الزواج . وجلاب الدواهي يكمن في «كان ينبغي» ، كلمتان تسكنان رؤوسنا : «كان ينبغي له أن يفعل هذا ...» «كان ينبغي لي أن أشعر بهذا....» .

وأحياناً تتجلى الخلافات الزوجية ومصاعبها من الصراع بين توقعاتنا لما كان ينبغي لأبوينا أن يشعرا ، أو يفعلا ، وما شعرا به في الواقع ، وما فعلا .

ويجب أن نتحمل مسؤولية هذه التوقعات بدلاً من الإنحاء باللوم على شريك حياتنا لما استولى علينا من شعور بزوال السعادة . نحن معاً نخلق دنيانا الخاصة بنا . ولا يتسنى لنا خلق مستقبلنا الخاص بنا إلا متى تعرفنا على الماضي وتعلمنا سبل التعامل معه .

******

هــل تعتــريك الغيـرة مــن حبـه القديم ؟!

عندما ذهبت وزوجى لشراء أول مجموعة صحون وأطباق للبيت ، شعرت بأن تلك المناسبة كانت رائعة رغم إنها مجرد زيارة عادية جداً إلى مخزن لبيع أدوات المطبخ ، ولكنها كانت زيارتى الأولى إلى مخزن من هذا النوع وأنا برفقة رجل أحبه ، الأمر الذى جعلنى أشعر بنشوة عظيمة أمام وفرة الحماس ، ضغطت على يده ونحن بالانتظار أمام المحاسب والعامل يعلّب لنا مشترياتنا . وفجأة ، شعرت بسحابة سوداء تهبط علىّ : شعرت أن زوجى هذا ، الذى سبق له الزواج والطلاق من قبل ، مرّ بمناسبة من هذا القبيل وابتاع الصحون والأطباق فيما مضى حيث مرّ بذات المشاعر التى أمر أنا بها متأخرة والاحتمال فى الحقيقة أنه سبق وقام بكل شئ أتطلع للقيام به مع زوجته الأولى . طبيعى إننى طوال معرفتى به كنت من الناحية العقلية راضية بكونه زوجاً سابقاً ، أما من الناحية العاطفية فكان أمامى الكثير لأواجهه .

بالنسبة إلىّ ، وأنا أتزوج لأول مرة ، وأشرف على دهان الشقة ، وأخطّط لرحلة شهر العسل ، وأدخل فى حلقة جديدة من الأصدقاء ، بل ومجرد زرع الحديقة مع رجل أحبه ، كانت هذه جميعها تجارباً خاصة . فكيف يكون لها معناها الخاص والكبير عنده وهو الذى مرّ بها جميعها من قبل ؟ .

عبّرت له عن مقلقاتى وكلى أمل بأنه سوف يعمل على تخفيف حدة هذا القلق بإعطائى ما يملأنى ثقة . ولكن ليس هذا بالأسلوب المناسب لهذه الأمور . مهما فعل محاولاً توفير الثقة إلىّ . ظلّت مشاعر المذلة ملازمة لى ، لمجرد أن أسمع صوته مرتجفاً عندما سألته عمّا إذا كان انتقالنا إلى شقتنا الجديدة يذكره بالانتقال إلى تلك الشقة الأولى مع زوجته السابقة ، لم أكن من نوع المرأة التى يمتلئ رأسها بأمور الأعمال المنزلية عندما يتعلق الأمر بالزواج ، هذا الافتقار الجديد إلى الثقة

خلخل بى صورتى الذاتية التى كانت مليئة بالطمأنينة والاعتماد على النفس .

منذ ذلك الوقت ، تحدثت مع نساء أخريات تزوجن للمرة الأولى من رجال سبق لهم الزواج فيما مضى . واكتشفت هكذا أننا نتشارك معاً فى العديد من المعضلات ، وهى معضلات فريدة من نوعها مقتصرة على وضعنا الخاص .

تجدر الإشارة أولاً إلى أن المتزوجات للمرة الثانية ، وهن من نتاج الحياة الحديثة إلى أنهن آخذات إلى الازدياد عدداً ، إذ تميل النساء - تقليداً - إلى الزواج من رجال يكبرنهن ببضع سنوات ، وهو ما يزيد احتمالات زواج المرأة من رجل خلّف وراءه بضع سنوات إضافية من الارتباطات الخاصة وهنا توافق معظم الزوجات الثانيات على ما يلى : فوجئن بأن العديد من المعضلات التى تواجههنا فى ظروفهن الجديدة . لم يسبق لهن أن توقعن حدوثها . إذ وحتى المرأة الأكثر استقرارا وثقة بالنفس فى العالم . سيحل بها الملل من الأسئلة التى يواجهها بها الآخرون فى السهرات واللقاءات «هل لديكما أولاد؟...» لدىَّ ولد منه وله ثلاثة من زوجته السابقة «كم أجازة صيفية أتيتما لقضائها هنا؟...» ثلاث لى وثمان له «هل أنت حامل بولد كما الأول؟...» ولدى الأول ، وولده الثانى . وما إلى ذلك من استفسارات مشابهة.

وهناك متاعب أخرى تتعلق بالعلاقة التى تبقى بين أزواج هؤلاء النساء وزوجاتهم السابقات ، أمثال قضايا النفقة والأملاك المشتركة وحقوق مقابلة الأولاد والاحتفاظ بهم . وهناك من الزوجات الثانيات من تتنافس مع من سبقنهن تتساءلن هل أنا ألبس ، أطبخ ، أعاشر زوجى أفضل منها ، أو أسوأ ، أو مثلها؟ .. وإذا سبق لأهل الزوج ومعارفه أن أحبوا زوجته السابقة أو كرهوها ، ربما يعمدون دون أى قصد متعمد إلى إطالة وجودها ضمن الزواج الثانى ، وذلك عن طريق استمرار تعليقهم صور قديمة تظهر فيها ، أو باستمرار إشارتهم إليها فى أحاديثهم .

أضف إلى هذا أن الزواج له متطلباته . والرجال الذين سبق لهم وكانوا متزوجين من قبل ، قد يشعرون بمزيد من الاسترخاء مع حالة الزواج على وجه العموم .

بينما الزوجات اللواتى تدخلن القفص الذهبى للمرة الأولى قد تعتريهن مقلقات طبيعية بخصوص ما إذا كن ستنجحن كشريكات حياة . كذلك يحدث فى بعض الحالات . إن «الأزواج المعتادين» ، قد يدخلون الزواج الجديد ومعهم بعض معالم الضغينة التى نشأت عندهم تجاه زوجاتهم السابقات ، أو تجاه الزواج بحد ذاته .

قالت الدكتورة **روث نيوبوير** ، رئيسة اتحاد نيويورك للمعالجة الزوجية العائلية : « يحدث للرجال فى بعض الأحيان أنهم يرسمون صورة سيئة لأنفسهم بعد الطلاق، حيث يتوقف ذلك على من هو الذى تسبب بالطلاق . إذا كانت الزوجة السابقة هى التى طالبت بالطلاق وحصلت عليه ، فقد يشعر الرجل بعداوة مضاعفة تجاه اختلافه رأياً مع زوجته الثانية هل هو مدرك بأنه لعب دوراً فى فشل زواجه السابق ؟ .. عليه أن يعرف ذلك . حتى يتجنب الوقوع فى المشكلة ثانية ضمن نطاق زواجه الثانى» .

ثم توجه الدكتورة نيوبوير تحذيراً للزوجات الثانيات لئلا تحاولن الظهور وكأنهن «رهان آخر وأفضل لأزواجهن» .. ذلك لأن صورتك الحقيقية لابد لها من الظهور فى نهاية المطاف . من هنا فإن محاولتك الظهور على غير حقيقتك ، وادعاءك أنك تتميزين بما كانت الزوجة السابقة تفتقر إليه لن يصل بك إلى النتيجة المرجوة . نصيحتها الأقوى إلى الزوجات الثانيات الجديدات هى التالية «انظرى إليه على أساس أنه مثلك يتزوج للمرة الأولى ، لأنه هكذا بالنسبة لكِ أنت نفسك . وهذا هو المهم ولا تأخذى إلى التكهن بما كان عليه زواجه السابق وما لم يكن عليه ...» .

ولكن ، مع كل الاحترام الذى تستحقه الدكتورة نيوبوير ، يبقى أن هناك العديد من الزوجات الثانيات اللواتى تجدن أن تعتيمهن على الزوجة السابقة هو أكثر صعوبة مما كن يتوقعنه . قالت واحدة من هؤلاء تدعى سوزى : تزوجت من رجل له أولاد من زوجته الأولى السابقة : « ظننتنى أتزوج من هذا الرجل لأننى أحبه ، ولم أعرف أننى بزواجى منه كنت أتزوج من العائلة بأكملها . حصلت هكذا على زوج سابق ومعه أشياء كثيرة أخرى » .

يشكل أولاد الزوج منطقة مشحونة بالمتاعب الخاصة المميزة للزوجات الثانيات . فإلى جانب ضرورة التكيف مع هكذا أولاد ، وجدت الزوجة المذكورة سوزى أن مسؤوليات زوجها المالية نحو زوجته الأولى كانت مصدراً للمرارة ، خاصة وأن هذه المسؤوليات حافظت على وجود علاقات شخصية بين الزوجين السابقين . الأمر الذى أرهق لها أعصابها . فقد اضطرت وزوجها في أحد الأعياد لأن يتناولا طعام العشاء مع الزوجة السابقة وعائلتها ، بما فى ذلك طفل من الزواج السابق . قالت تشرح ما حدث : «كان جالساً إلى جانب زوجته السابقة ، وأنا على الطريق الآخر من الطاولة مع أحد أقاربها ، وكان التكلف والغش عنوان الجميع» بعد ذلك بسنتين ، وبعد قرحة عانت منها سوزى لفترة طويلة ، شعرت أن زواجها عرضة للمتاعب . قالت : « حان ـ عند ذلك ـ الوقت لأكفَّ عن التظاهر بما هو بعيد عن الحقيقة كل البعد » .

يرى الدكتور **إريك ريس** . رئيس مؤسسة الاستكشاف العائلى فى نيويورك ، أنه لا وجود لسبب يمنع الزوجات السابقات والحاليات من اللقاء فى مناسبات عائلية أو اجتماعية ، شرط أن يتم هذا برضا جميع الأطراف . قال : إنه لا وجود لضرر نفساني جوهري فى هذه اللقاءات ، ولكن إذا شعرت أية من المرأتين بذبذبات عدائية تجاه هكذا ترتيبات ، أو أنها لم تشعر بالراحة معها ، ليس معنى هذا أنها مضطربة نفسياً أو ضعيفة إذا اعتذرت عن المشاركة .

على أن المشكلة الشائعة هنا هى مشكلة صدق . يقول الدكتور ريس: «قد تقول إحداهن لا مانع عندى من المشاركة أبداً . بينما الحقيقة أنها تكره المشاركة ربما لا تكون هكذا امرأة قد وفقت ما بين مشاعرها وتوقعاتها من نفسها» عندما تعبِّر المرأة صادقة عن تفضيلها عدم زيارة والدي الزوجة السابقة على سبيل المثال ، لا ينبغى اعتبار هذا منها أنه تصرف ليس له ما يبرره . ومع ذلك نجد الدكتور ريس وهو لا يشجع الزوجات الثانيات على التورط فى موقف لا معقول : كأن ترفضن واحدتهن المشاركة بمناسبة اجتماعية كبيرة لمجرد أن الزوجة السابقة ستكون هناك ، أو تحل بها ثورة غضب هائلة إذا اتصلت الزوجة الأولى للتباحث بشؤون أولادها من

زوجها السابق . قال : «يحتاج الأمر إلى وجود الكثير من المناقشات الصريحة المنفتحة بين الزوجين فى هكذا أوضاع .. إذ ليس باستطاعة أحدهما أن يقرأ أفكار الآخر» .

فى حالة سوزى ، كان من موقفها المتميز بمزيد من الصراحة فيما يتعلق بشؤون زوجها مع زوجته السابقة أنه ساعدها فى القضاء على مقلقاتها . طلبت من زوجها أن يتشاركا معاً فى تحديد الأولويات وأصبحت أكثر إفصاحاً عن غضبها ومخاوفها . قالت بعد ذلك معلّقة : « تحسّنت مشاعرى بعدما توفرت لدىّ الثقة لأفصح عن حاجاتى على الزوجات الثانيات ألا تكتفين بالجلوس على المقعد الخلفى عندما يتعلق الأمر بشؤون عائلية » .

تعمد سوزى الآن إلى التعويض عما فاتها من مشاعر الثقة والاطمئنان بين الحين والحين . ففى اليوم الأول لعودتها من المستشفى مع مولودها الجديد . استسلمت لرغبة قديمة عندها ، فتخلصت من صورة لزوجها مع زوجته الأولى . أُخذت والزوجة الأولى حامل قالت سوزى : «تحسنت مشاعرى على الفور» فى حالتها . كان إفصاحها عن المشاعر العدائية ، ثم إقدامها على التصرف الفعلى بشكل يقضى على هذه المشاعر ، كان لهما التأثير الإيجابى الفعّال .

مرة أخرى ، لا يرى الدكتور ريس سبباً يدعو إلى عدم عرض الصور الفوتوغرافية والتذكارية التابعة للزواج الأول فى منزل الزوجة الجديدة . إذا هى لم تعترض على ذلك ولم يعترض زوجها بدوره . ولكنه ينصح الزوجات الثانيات بإبداء الاحتجاج إذا كانت هذه الأشياء تعرضهن للانزعاج وعلى الزوج ألاّ يصر على عرض هدية عائلية قديمة إذا كان عرضها يزعج زوجته الجديدة . تماماً مثلما أنه لا يتوقع من هذه الزوجة أن تأكل شيئاً لا تستطيبه . وبينما على الزوجة الثانية أن تحكم على مدى ما تظهره من عدل وسلامة تفكير ، وعلى زوجها بذل بعض الجهود ليتأكد من أنه كيّف أولوياته مع أولويات زوجته الحالية .

على الرغم من أن الاهتمامات التافهة ، كالتخلص من صورة فوتوغرافية ما تبدو

وهى ليست مشحونة بالخطر الكبير ـ وهى جزء من كسر الطوق والخروج من صورة «السيدة المثالية» فى بادئ الأمر ـ يقول مستشارو الزواج وعلماء النفس : إن هذه الاهتمامات ليست سبباً يدعو الزوجة الثانية إلى الشعور بعدم الاطمئنان بالضرورة . يقول الدكتور ريس : «قد تنعمين من مشاعر أفضل نتيجة لهذا التدبير ، ولكنه صبيانى ، أما الزوجة الراشدة فهى تحاول العثور على السبب الفعلى لانزعاجها ، ثم تقوم بعمل ما بنّاء فى صدده» .

يلاحظ الدكتور ريس أن الزوجات الثانيات اللواتى تُركّزن على من سبقنهن إلى أزواجهن ، كثيراً ما تفعلن ذلك تجنباً لمواجهة نواقصهن الذاتية فى الزواج الجديد . أضاف قائلاً : « إن المقارنة المستمرة تستطيع منع الناس من تطوير طاقاتهم إلى أكثر ما هو مستطاع » .

بينما هى فى الرابعة والثلاثين من العمر ، اعترفت نادية بصراحة أن غريزة التنافس التى تسلطت عليها خلال سنة زواجها الأولى من رجل مطلق مرتين يكبرها بإحدى عشرة سنة ، نشأت من شكوك ساورتها بخصوص جدارتها ومقدرتها على النجاح . ذلك أن وجود زوجتين سابقتين لمقارنة نفسها بهما جعل شعورها بعدم الجدارة يستفحل . قالت تتذكر : «لم أشعر بالثقة إلى جانبه عندما التقيت به على كل حال ، فهو أكثر خبرة بالشؤون الاجتماعية ، كما كنت أغار من ماضيه» . ثم يحل بها الذعر وهى تتذكر أول سهرة أقامتها لزملائه وزوجاتهم ، حيث تقول : «أردت حينذاك أن أثبت للجميع أننى أفضل كمضيفة من زوجتيه السابقتين» .

على أن الصعوبة الأكبر التى واجهت نادية كانت مشاعرها بخصوص الشقة التى سكنتها مع زوجها ، ذات الشقة التى عاش فيها مع زوجته السابقة الأخيرة ، قامت بإجراء أفضل الترتيبات هناك ، وهو ما جعلها تمر بلحظات مزعجة للغاية . قالت : «وفى النهاية قضيت على كل أثر لزوجته السابقة تلك من هذه الشقة . وهكذا تحول البيت إلى قاعدة لى الآن ، فأصبح يمثل الرمز الأكبر لحياتى . كانت نادية أمام وضع شاق تغلبت عليه ، وحولته إلى مصدر قوة . واليوم تجد

الشقة جيدة الترتيب جميلة الديكور ، وعائلة ماهر تنعم بوجود طفلة فى الثانية من العمر تملأ الشقة بهجة ، أصبح فى وجودها ما يؤكد لنادية أن البيت صار لها وحدها فى نهاية الأمر . قالت تعلّق على ما حصل : «مؤخراً فقط ، شعرت كما تشعر الزوجات وكما يشعر الراشدون ، أن فى يدى قوة كبيرة هى من حقى» .

الزواج من رجل مطلق ، يحمل معه ما يذكر الزوجة الثانية دائماً بأن الزواج قد يكون خطوة محفوفة بالمخاطر . تقول **عفاف** ، وهى فى السادسة والثلاثين : تزوجت للمرة الأولى منذ سنتين ، ومن رجل مطلّق «إنها مسألة تفتقر كثيراً إلى ما يثير ، فواضح أن زوجى سبق له ومرّ بكل شئ من قبل ، ولم يتحقق له النجاح» قبل وبعد زواجها ، قاومت عفاف كثيراً تلك الأفكار التى ظلت تنغص عليها العيش وتدور حول الطبيعة الغامضة والضعيفة للزواج . وعلى الرغم من إفصاحها عن أفكارها لمن عقد زواجهما ، إلا أنها أبقت هذه الأفكار على منأى من العريس ، وذلك محاولة منها لعدم بعث مخاوفه السابقة . تقول الآن مسرورة : «تبخرت هذه المشاعر الآن ، ولم أعد أشعر بخيال الزوجة السابقة مطبق علىّ» . على أنها كانت أوفر حظاً من مثيلاتها أساساً . إذ لم يقدم زوجها على الزواج ثانية إلا بعد عشر سنوات تلت الطلاق ، مما ساعد على طمس معظم ذكرياته القديمة ، خاصة وأنه لم ينجب من زوجته السابقة .

سارعت عفاف إلى التحدث عن شعورها بأنها حصدت بعض الفوائد من التجربة الزوجية السابقة التى مرّ بها زوجها فيما مضى . قالت : «إنه رجل يغرق كثيراً فى أعماله حيث أستطيع تصور السبب الذى يدفعه إلى إهمال العلاقة ، ولكنه لما كان باستطاعته النظر إلى الوراء ورؤية ما حدث من خطأ ، أظنه صار يطيل التفكير بما تحتاجه المرأة منه ، أظنه لم يفكر بهذه الحاجات فيما مضى» .

أما سماح . فهى لمعرفتها بأن زوجها فؤاد لملم حاجاته وترك زوجته الأولى بعد مشاحنة حامية معها ، تشعر بما يهددها بعد كل نزاع بينها وبينه . قالت : « كثيراً ما أتساءل عما إذا كان محتملاً منه أن يفعل معى نفس الشئ أنا الأخرى » . ولكنها من ناحية ثانية ، تشعر واثقة من أن فؤاد يعطيها تقديراً خاصاً لأنها تتميز

بشخصية راسخة مستقرة ، إلى جانب أنها مضيفة ماهرة ـ شيئان لم تكنهما زوجته الأولى ـ وفى مواجهتها لمناسبات مثيرة للمتاعب حاولت سماح التركيز على عاملين إيجابيين فى زواجها .

لفؤاد ابنة صغيرة اسمها مروة شاركت فى احتفال زواج والدها من سماح ، ثم تأخر الزوجان الجديدان عن بلوغ المقهى حيث أقاما حفلة إستقبال لمعارفهما بعد عقد الزواج ، وذلك لإصرار زوجة كارل السابقة على أن يعيد إليها ابنتها هو نفسه بعد عقد الزواج . وهكذا قبعت سماح فى السيارة منتظرة عودة زوجها الذى أمسك بيد الصغيرة وذهب بها . قالت مشتكية : «كان ذلك يوم زفافى قبل كل شئ . ولكن زوجته السابقة تدبَّرت الأمر ليكون لها دور فيه» على أنها حتى لا تفسد المناسبة ، كتمت غيظها فى داخلها .

وفى السنة الماضية عندما أجهضت قبل أسابيع من إنجاب زوجة فؤاد السابقة لمولود من زوجها الثانى . حلَّ بها اليأس ، قالت معلِّقة : «كيف أستطيع ألا أقارن نفسى بها؟ .. بل أردت منافستها كالمجنونة» . وهى الآن حامل مما ساعدها على نبذ بعض معالم غضبها ، ومع ذلك تشعر أنها «خدعت» إلى حد ما ، لأن فؤاد سبق ومرَّ بعملية الولادة من قبل حالتها هذه . هى من النوع الذى دعاه أحد أطباء النفس باسم «اشتراكات الزواج الأول» . قالت الطبيبة النفسانية : «إنها اشتراكات شبيهة بتعبيرك عن الرغبة فى الزواج من رجل لم يعاشر النساء أبداً بعد» .

على الزوجات الثانيات أن يتحدين المعيار القائل أن الجديد هو أكثر أهمية من التآلف الأصيل . ويبرِّر مستشارو الزواج ذلك بالقول : «إن طاقة المرأة أو الرجل على المسرَّة والحب تتحسن باكتساب الخبرة ، تماماً مثلما نصبح أفضل تصرفاً فى المواعيد الغرامية من ازديادنا خبرة بها ، تقول الدكتورة سلوث : «تصلين فى النهاية إلى مرحلة يصبح عليك فيها أن تواجهى حقيقة ما إذا كانت تعاستك هى من صنعك أو من صنع متاعب زوجية» .

مثلما هى الحال فى جميع العلاقات ، هناك من الأنظمة العاطفية المبكرة ما

يؤثر على مشاعر الزوجات تجاه أزواجهن . فالنساء اللواتى سبق وحلّت بهن عداوة نحو والدهن ، قد تنتقلن لتوجيه هذه العداوة إلى الأزواج دونما تعمُّد ، والزوجة الثانية التى أخرجت من مركز الاهتمام فى طفولتها بسبب إنجاب العائلة لمولود جديد ، ربما تعانى من مصاعب إضافية مع أبناء زوجها الذين ينافسونها على حب زوجها وعواطفه .

ولكن غالباً ما يكون باستطاعة المختصين أن يخرجوها من هذه المقلقات . ومع استمرار عدد الزيجات الثانية بالازدياد ، يزداد كذلك عدد الأزواج والزوجات الذين يسعون للحصول على نصائح المختصين التى تساعدهم على التعامل مع علاقاتهم الجديدة والهشة بعناية ورؤية ، وهم غالباً يفعلون ذلك فى فترة الخطوبة .

من هنا نجد الدكتور ريس وهو دائماً يطلب من هؤلاء المخطوبين أن يتحدثوا بتفصيل عما يتوقعون من زواجهم : «عليك دائماً أن تعرفي مشاعر الشخص الآخر بالنسبة لطريقة قضاء الأجازات . وماذا بشأن الأعياد؟ .. هل يتوقع أن يقضيها مع عائلته السابقة؟ .. كم مرة يتوقع أن يقابل زوجته السابقة؟ وما هو العدل فى ذلك كما تظنين؟ .. تحدثا فى هذه الأمور قبل الإقدام على أى شئ .

ولكن معظم العلاقات الغرامية التى تقود إلى الزواج ، تبعث من مشاعر النشوة ما يكفى الزوجين لعدم النظر فى العقبات التى قد تعترضهما فى المستقبل . رغم هذا ، سبق لليلى وفريد أن أبديا ما يكفى من الحكمة للتوصل إلى اتفاق يسبق الزواج . كان الهدف منه حماية ارتباطات مالية عقدها فريد خلال زواجه السابق . وقالت ليلى معترفة : «إنه لأمر يكدِّرك الإقدام عليه جداً قبل الزواج .. إذ تجلس مع اللوائح والمحامين فى وقت تكون رغبتك فيه أن تجمع حياتكما معاً لا أن تقسمها» .

على الرغم من بذلها وفريد أفضل الجهود لتوقع المعضلات ، لم تشعر ليلى بالتأثير النفسى لهذا الاتفاق إلا فيما بعد . قالت : «وجدت نفسى فى دوامة .. قالت لى أفكارى : إن البيت إذا لم يكن لى ، فلماذا أهتمُّ بالديكور؟ .. وأنا

أتساءل الآن ، لماذا لم يقل لى أحد على الإطلاق أن السنة الأولى من الزواج هى السنة الأكثر تعاسة فى حياة واحدتنا . أما فريد فقد تأقلم بسهولة أكبر بكثير لمعرفته ما كان عليه أن يتوقعه» .

ثم بدأت ليلى بتزيين منزل الزوجية بشرائها مفروشات وأعمال فنية تتفق مع ذوقها . ومنذ تلك الخطوة الأولى ، بدأت تأخذ دوراً أكبر فى الاهتمام بما يحتاجه المنزل ، ووجدت أنها راحت تتمتع من توفير تلك اللمسات المريحة التى عاش فريد دونها منذ طلاقه ، بما فى ذلك التناسق بين ألوان مناشف الحمام وستائره الدوش ، مع توفير طاولة جيدة الترتيب . وبينما لم تكن زوجته الأولى تستشيره إطلاقاً بخصوص مشتريات البيت ، راحت ليلى تجره معها لاختيار الشراشف ووجوه الوسائد . قالت : «كان يتمتع من وجود الأشياء اللطيفة من حوله ثانية وتمتع من المشاركة فى اتخاذ القرارات المنزلية ، كما تمتع من وجوده فى بيت حقيقى مرة أخرى» .

بل ووافقت ليلى عندما أصرَّت عليها ابنة زوجها التى تصغرها بعشر سنوات فقط أن تلتقى بوالدتها ، زوجة فريد السابقة . قالت : «اعترانى فضول كبير جداً ، رغم ظنى بأن ابنة فريد كانت شيطانية التفكير عندما طلعت بهذا الاقتراح» . وعلى الرغم من العصبية التى حلّت فيها بخصوص اللقاء ، وجدت أن هذا اللقاء ساعد على تصفية الأجواء . تابعت قائلة : «أخذت عن زوجى صورة لزوجته السابقة تظهرها كشخص رهيب ، وكنت بحاجة إلى مشاهدة أبعادها الأخرى بنفسى . فإذ بالنتيجة أن هذه المرأة أصبحت كائناً بشرياً معقولاً فى نظرى ، ولو كانت سيئة كزوجة لفريد» .

حدث نتيجة لذلك أن هناك مجالات حساسة أخرى أصبحت مريحة أكثر ، كما ازداد شعور ليلى بمقدرتها على مواجهة الظروف الجديدة بسهولة . سبق لها أن شعرت بالخوف من أن تكون عرضة للحكم عليها من قبل أصدقاء فريد القدامى وزوجاتهم : كما أن فارق سبع عشرة سنة فى السن بينها وبين فريد ومعظم معارفه، زاد من قلة ثقتها بنفسها . قالت : «شعرت دائماً أننى عرضة للاختبار» . ثم

حطمت الجليد فى نهاية المطاف بتحولها إلى معارفها الجدد طلباً للنصيحة فيما يتعلق بالقضايا العائلية أو الاجتماعية .

محتوم على الزواج الثانى أن يكرر بعض مجريات الزواج الأول ، فى الحقيقة لا فى الروح بالضرورة . إذا رغبت بحفلة زفاف ضخمة ، لا تهربى لو فهمت أنه سبق له ومرّ بهكذا احتفال ضخم ولم يعد راغباً بآخر . سوف يكون زفافكما مختلفاً ، ثم يمكنكما معاً بعد ذلك بعث مجالات أخرى جديدة لتمثيل حياتكما معاً .

توافق معظم الزوجات الثانيات على القول أن أوضاعهن تستطيع أن تنتهى إلى ما يسعد الجميع طالما أن الزوجين مستعدان للتعاون ، والمتطلبات الأولى المبكرة التى تحتاج الزوجة الثانية إلى تأمينها قد تفقدها الصبر ، ولكنها قد تزيدها كذلك مهارة فى شؤون ما هى فيه . هذا إلى جانب أن الزوج الذى مرّ بتجربة زواج سابق ، قد يكون أسرع ملاحظة لمشيرات الخطر ، فيعمل على تجنبها قبل تطورها .

******

« طائر » المرض النفسى

إنه يعتقد أن زوجته تخونه ، ويظل يتابعها ، ويراقبها ، ويجبرها على الاعتراف بأى شئ .. لماذا ..؟!

الأمراض النفسية والعقلية بخلاف الأمراض العضوية يمتد تأثيرها خارج حدود المريض : إلى من يحيطون به سواء فى منزله أو عمله ، أو فى المجتمع بشكل عام .. أى أنها تؤثر على علاقات المريض بمن يعيش أو يتعامل معهم ، وقد تضطرب هذه العلاقات فيزيد ذلك من معاناة المريض فوق ما يعانيه ، كما قد يعانى هؤلاء الذين يتعامل معهم أيضاً ..

هذه المشاكل والمعاناة يمكن تفادى وقوعها أو التقليل من حدتها إذا تفهم الناس طبيعة المرض النفسى أو العقلى وأعراضه ، وكيف يؤثر فى تفكير المريض وعواطفه وسلوكه .

فلا شك أن تغيراً ما يحدث فى سلوك المريض وهذا ناتج من تأثير هذه الأمراض على التفكير والوجدان والإرادة .

ولهذا كان من المهم أن يشرح الطبيب النفسى طبيعة هذه الأعراض لأقارب المريض ، وخاصة من يعيشون معه تحت سقف واحد ، كما أن من واجبه أن يوضح لهم أسلوب التعامل معه . بهذا يساعد الطبيب على شفاء المريض بالإضافة إلى العقاقير التى يصفها له .

* فـــروق وأعـــراض

ولاشك أن العلاقة الزوجية تتأثر إلى حد كبير إذا كان أحد الزوجين مصاباً بالمرض النفسى أو المرض العقلى .

وقبل أن نستطرد فى شرح نوعية هذه المشاكل الناتجة عن التأثر وطريقة تفاديها ، يجب أن نوضح الفروق بين المرض النفسى والمرض العقلى وأعراض كل منهما .

فى المرض النفسى يدرك المريض أنه يعانى ويتعرف على أعراضه غير الطبيعية ، وربما يحاول التحكم فيها : أى أنه يسعى دائماً للعلاج حتى يبرأ من علته ، ولا يؤثر المرض النفسى تأثيراً كبيراً على السلوك أو التفكير . كما أن المريض يبدو طبيعياً فى كل حياته ويستمر فى ممارستها والتعامل مع الناس .. أما فى المرض العقلى فإن المريض يكون فاقداً لاستبصاره ، أى أنه لا يدرك أنه مريض ويرفض الإقبال على هذا العلاج ، ويضطرب التفكير بشدة ، كما يضطرب وجدانه وسلوكه ، مما يؤثر بشكل مباشر وقوى على علاقاته بالمحيطين به .

المريض النفسى يعانى بدرجة أكثر ، ولكن المريض العقلى يسبب معاناة للمحيطين به . يتحامل المريض النفسى ويحاول التحكم فى أعراضه أو إخفائها ، حتى لا يؤثر فيمن حوله . أما فى المرض العقلى فنظراً لاضطراب التفكير والعاطفة ، فإن المريض العقلى لا يبالى بمشاعر وآراء الناس ، وهذا ما نطلق عليه اضطراب السلوك ، وعلى هذا نستطيع أن نتبين مدى تأثير المرض العقلى على علاقات المريض .

* إنهـــا تخـونـــه

ومن الأمراض العقلية المعروفة مرض الفصام أو «**الشيزوفرينيا**» .. وفى الحالات الحادة من هذا المرض يعانى المريض من أعراض مختلفة أهمها اضطراب التفكير على صورة معتقدات خاطئة كأنه يعتقد مثلاً أن هناك مؤامرة تحاك ضده أو أن أحداً يتتبعه أو يحاول قتله وأخطر هذه الأعراض أن يعتقد المريض أن زوجته تخونه ، وفى هذه الحالة تتحول الحياة الزوجية إلى جحيم لا يطاق ، فالمريض يظل يتابع زوجته ويراقبها ويحاول أن يجبرها على الاعتراف بأشياء لم تقترفها ، وبالرغم من تيقنه المرضى من أن زوجته تخونه ، إلا أنه لا يطلقها ، بل يبقيها معه ولكن يظل يشك فيها ويستمر فى مضايقتها ، وقد لا تكون هناك أعراض مرضية أخرى وعلى

هذا لا تدرك الزوجة أن زوجها يعانى من مرض عقلى .

وقد تتفاقم الحالة ويشك الزوج المريض بأن شخصاً معيناً على علاقة بزوجته ولذا قد يحاول قتل زوجته وقتل عشيقها الوهمى .

ومن أعراض الفصام « **العدوانية** » مع نوبات تهيج ، والاعتداء على الآخرين « هذه الأعراض يمكن التحكم فيها بسهولة الآن بواسطة العقاقير» ولهذا قد يعتدى المريض على زوجته أو أولاده أو المحيطين به بالضرب والإيذاء » .

وفى هذه الحالات يجب عدم إثارة المريض والاعتراض عليه ، ويجب كذلك محاولة تهدئته حتى يعرض على المختصين ، ويعالج حتى تختفى الأعراض .

ومن الأشياء الهامة التى أحب أن أنوه بها أن مريض الفصام يجب أن يستمر فى تعاطى الأدوية ، حتى بعد اختفاء الأعراض وذلك لمدة يحددها الطبيب حتى لا تعود الحالة مرة أخرى .

* بــــدون ســـبــب

ومن الأمراض العقلية المعروفة : مرض الهوس أو المرح الحاد . وفى هذه الحالة يكون المريض مرحاً منطلقاً كثير الكلام ، كثير الحركة ، لا يهدأ على الإطلاق ، ويكون هناك تزاحم فى أفكاره ، وعدم قدرته على التحكم فى سلوكه ، فقد يتحدث بشكل غير لائق أمام الناس وبأسلوب غير مهذب ، وقد يتهيج إذا حاول أحد منعه من تحقيق مشروعات غير واقعية ، أو الحد من سلوكه المضطرب .

ومن أعراض هذا المرض التبذير وإنفاق المال بإسراف وبدون داع ، مما يعرض الأسرة للأخطار المادية والاجتماعية ، وقد يوقع على شيكات بدون رصيد ، ويستدين ، ويعتقد واهماً أنه يستطيع أن يرد هذا المال بعد انتهائه من أحد مشروعاته.

وكما قلت فإن هذا المريض يثور ويتهيج إذا حاول أحد اعتراض طريقه .

والنصيحة هنا : هى عدم اعتراض طريق المريض والتحايل على تهدئته حتى يتم

عرضه على الطبيب وخاصة أن هذه الأعراض تختفى بسرعة بعد بدء العلاج .

و «**الاكتئاب الذهانى**» هو أحد الأمراض العقلية المعروفة والمنتشرة أيضاً . والمريض به لا يؤثر بشكل مباشر وضار على الآخرين ، ولكنه ينزوى وحيداً ويبتعد عن الناس ويكف عن العمل .

وفى بداية المرض لا تكون الأعراض واضحة ولهذا يشعر من يعيشون معه وخاصة الزوجة بالضيق والملل وقد تثور وتعترض لأن زوجها لا يتجاوب معها وتعتقد أن هناك مشكلة يخفيها عنها ، والحقيقة غير ذلك ، وهى أن هذا الإنسان يشعر بالاكتئاب دون سبب واضح .

والخطورة هنا أن هذا المريض إذا ترك دون علاج ، فإن حالة الاكتئاب تتفاقم لديه وقد تؤدى به إلى الانتحار .

هذا المريض يحتاج إلى الحب والود والتفاهم بجانب العلاج بالعقاقير . إن الأسرة تلعب دوراً هاماً وحاسماً فى علاج مثل هذه الحالات لانتشال المريض من بئر الاكتئاب . ولهذا يجب على الأسرة أن تفهم طبيعة هذا المرض وكيفية المساعدة فى شفائه .

وكما قلت : فإن الأمراض النفسية لا تؤثر تأثيراً كبيراً على سلوك المريض ، وبالتالى لا تهدد بشكل حاد علاقاته الأسرية والاجتماعية . ولكن المريض النفسى يعانى لوحده ويتألم ، وقد يشعر به من حواليه .

فمريض القلق النفسى يكون حائراً متوتراً سهل الاستثارة فى حالة تشاؤم وتوقع سيئ . قد يأرق ليلاً وقد يفقد شهيته للطعام ، وقد يصعب عليه التركيز فى عمله ويضيق بالأماكن والناس .

إذا لم يفهم المحيطون به طبيعة حالته، فإنهم يقلقون معه ، وقد يثورون عليه، لأنه يقلق بلا سبب ، وقد يعتقدون أنه يخفى سبب قلقه مع أنه لا سبب.

فى حالات القلق النفسى تكثر الخلافات الزوجية ، ولكن إذا فهم الطرف غير

المريض طبيعة حالة الطرف الآخر فإنه يسهم بشكل فعال فى التغلب على الأعراض ، ويساعد على تهدئة الحالة ، فلا يجادل معه أو يحاول استثارته ويحاول أن يوفر له الظروف الهادئة التى تساعده فى التخلص أو تخفيف حالة القلق المبهم .

وهناك مرض نفسى قاس يعرف باسم «**الوسواس القهرى**» . وفيه تسيطر فكرة أو رغبة ملحة على المريض ، هو يعلم تفاهتها وعدم جدواها ويحاول السيطرة عليها أو التخلص منها ولكنه لا يستطيع .

ومن أبرز أعراضه الطقوس الحركية فتغسل السيدة مثلاً يديها مائة مرة أو تمنع زوجها وأولادها من لمس أشيائها الخاصة أو قد تمتنع عن مصافحة الناس أو تجبر الأسرة بأكملها على الاستحمام أكثر من مرة يومياً وتقوم بغسل ملابسهم يومياً ، وهكذا . هذه الحالة تسبب ضيقاً لبقية أفراد الأسرة ، ويحاولون مقاومتها ، والحد من هذه الأفعال ، ولكن دون جدوى .

وتبدأ المريضة فى المعاناة من القلق والاكتئاب والإحساس بالذنب . وهنا يجب أن يعرف من يعيشون مع مريض بهذا المرض : أن المريض يقوم بهذه الأفعال ضد إرادته ، ويجب عدم مقاومته ، وأيضاً يجب تهدئته ومساعدته وعرضه على الطبيب ، وخاصة أنه قد ظهرت فى السنة الأخيرة أنواع جديدة من العقاقير التى تقضى على هذه الحالة .

* لو أدرك الزوج

وهناك مرض يسمى «**المخاوف**» . فيخاف المريض من الأدوار العليا أو الأماكن المزدحمة أو الأسانسير أو الحيوانات أو يخاف من الأمراض ، ويتوهم دائماً أنه مصاب بمرض عضوى خطير . وتضج أسرته منه ، وتحاول الضغط عليه .

وهنا نقول للأسرة : إن المريض يخاف دون سبب واضح ولا يستطيع مقاومة مخاوفه ، والضغط عليه يزيد من قلقه وحيرته وإحساسه بالفشل ؛ لذلك فالمعاملة الطيبة الهادئة مع الفهم تساعد على الشفاء .

وثَمَّة نقطة أخيرة ولكنها على جانب كبير من الأهمية أحب أن أنوه بها وهى أن كثيراً من السيدات يعانين من حالة قلق واكتئاب فى الأسبوع ما قبل الدورة الشهرية وتكثر الخلافات الزوجية فى هذه الفترة .

وفى بحث عالمى طريف وجد أن نسبة الطلاق ترتفع فى هذه الفترة، ولو أدرك الزوج هذا، فإنه سوف يراعى عدم إثارة زوجته فى هذه الفترة ومعاملتها بهدوء وحب وتفاهم لأنها تكون فعلاً فى حالة نفسية غير طبيعية .

بقى أن نقول فى النهاية : إن كل إنسان معرض للمرض النفسى والعقلى ، ولهذا يجب أن نفهم مرضانا ونعاملهم بكل الحب والفهم . وكما قال سليمان الحكيم : «جميع الأمراض تحتمل أما النفس المريضة فمن يحتملها؟ » .

******

الأمراض العصبية والزواج

حرصاً على أن يتحقق للزواج كل ما يهدف إليه من سعادة ونجاح ومثالية ، يجب أن يعالج الزوجان قبل الإقدام عليه كل منهما الآخر من كل الأمراض . وبخاصة العصبى منها . وهذه علامات الطريق الهامة فى هذا المجال يشرحها الاخصائى بالتفصيل ..

أولاً : هنــــاك أمــراض وراثـــيــة

تنتقل من طريق الكروموزومات فى الحيوان المنوى أو فى البويضة ، وإذا حدث تزاوج فى هذه الحالة ينتج عنه انتقال المرض إلى الأطفال ، وفى حالة زواج الأقارب فإن احتمال انتشار نسبة الأمراض الوراثية العصبية تكون أكثر من أى حالة أخرى . ومن أهم هذه الأمراض :

ضمور العضلات المضطرد والمستمر : وهو مرض وراثى غالباً ما يصيب الإنسان فى سن مبكرة ، وينتج عنه ضمور فى عضلات الأطراف والوجه ، ويستمر المرض مع ضعف العضلات إلى درجة تقعد المريض فى سن معينة ، والعلاج الحاسم الذى يؤدى إلى الشفاء لم يتوصل إليه الطب . فإذا كان هناك مريض بهذا المرض أو يحمل المرض خلال الكروموزومات ، فإن هذا المرض ينتقل إلى ذريته بنسبة معينة ويولد ضحايا جداً قد يستعصى الطب عن علاجهم . وهنا ننصح مثل هذا المريض ألا يقدم على الزواج إلا بعد استشارة الطبيب لدراسة احتمال نقل المرض لذريته .

الصـــرع : هناك نوع منه ينتقل عن طريق الوراثة وتكون الإصابة فى مثل هذه الحالة نتيجة عيب خلقى كيمائى فى خلايا المخ وهذا النوع من الصرع الوراثى ينصح صاحبه بضرورة استشارة الطبيب قبل الإقدام على الزواج لدراسة احتمالات نقل المرض إلى ذريته حرصاً على سلامة ومستقبل الحياة الزوجية وسلامة الأولاد .

وهناك نوع آخر من الصرع لا ينتقل بالوراثة ، ويكون نتيجة إصابة أو عدوى وهو لا يعتبر مانعاً كاملاً لصاحبه من الإقدام على الزواج ، وقد يسبب عدم توافق بين الزوجين ، وبعض المشاكل لذلك يجب على الزوجين مصارحة كل منهما بحقيقة مرض كل منهما أو أحدهما ، حتى لا تحدث مشاكل أو متاعب فى المستقبل تهدد الحياة الزوجية .

عدم الاتزان : وهو مرض وراثى نتيجة عيب وراثى أو إصابة بالمخيخ ، يصاحبها عدم اتزان أثناء الحركة ، مع ضعف العضلات وضمور العصب البصرى فى بعض الحالات ، وهذا النوع من المرض وراثى وننصح من يقدم على الزواج وهو مصاب به أن يستشير الطبيب المختص ، وذلك حرصاً على مستقبل الحياة الزوجية ولضمان زواج سعيد ومستقر .

ثانياً : أمراض عصبية غير وراثية :

الزهرى : وهو مرض تناسلى يمكن أن يصيب الجهاز العصبى وينتقل إلى الذرية ويصيب جهازها العصبى ، ويؤدى إلى أعراض مرضية خطيرة مثل تآكل فى بعض الخلايا العصبية وتشوهات فى الجهاز العصبى ، وهنا ننصح مريض الزهرى أن يستشير طبيباً قبل الإقدام على الزواج حرصاً على عدم نقل العدوى إلى زوجته أو ذريته وفى هذه الحالة ننصح كل مقدم على الزواج بعمل تحليل خاص فى الدم لاكتشاف هذا المرض ومعالجته قبل الإقدام على الزواج .

التهابات الجهاز العصبى : كالتهابات الأعصاب الطرفية أو التهابات الجهاز العصبى المركزى ، وحالات الشلل النصفى وحالات شلل الأطراف السفلية وحالات أورام المخ ، وحالات الإصابات نتيجة لتصادم أو حوادث بالجهاز العصبى . وكل هذه الحالات تمنع من حدوث اتصال جنسى سليم وهنا ننصح المقدم على الزواج أن يراعى استشارة الطبيب المختص قبل الإقدام على الزواج .

أمراض الغدة النخامية : وتشمل الالتهابات والأورام ، وهى عبارة عن غدة صغيرة موجودة أسفل المخ وتتحكم فى إفراز الهرمونات بالجسم ، ففى بعض

الحالات قد تنشط الغدد أو يقل إفرازها نتيجة أى خلل يحدث بها مما يؤثر على الحياة الجنسية الخاصة بالزوجين ومن هنا ننصح أيضاً بضرورة أن يقوم كل من يقدم على الزواج ويعانى من نقص أو زيادة فى إفراز هذه الغدة باستشارة الطبيب المختص ، وعمل التحاليل اللازمة وأخذ العلاج المناسب قبل إتمام الزواج ، حرصاً على مستقبل الحياة الزوجية .

******

زوجي عصبي يا دكتور !

إنها شكوى تتردد على ألسنة زوجات كثيرات : إن زوجي عصبي جداً ، يثور لأتفه الأشياء ، ولا يطيق نقداً أو توجيهاً ، ويغضب بسرعة ، ويصعب التفاهم معه خوفاً من حدوث مزيد من التوترات والانفعالات والأزمات .

وتسأل الزوجة من وسط دموعها : هل من أمل يا دكتور فى أن يتخلص من هذه الحالة قبل التفكير فى الانفصال ؟! ..

ويبتسم الطبيب ابتسامة كلها ثقة ، ويطمئن الزوجة الملتاعة ويبدأ بالاشتراك معها رحلة العلاج ، ويحدثها هذا الحديث حتى تكون على علم كامل بكل أبعاد المشكلة .

زوجات كثيرات يشكون من هذه الحالة ويقاسين منها ، إنهن دائمات الحديث عن عصبية الزوج ، ولكن الحقيقة تقول : إن الزوجة الناضجة العاقلة هى التى تعرف كيف تعامل زوجها ، وتضع يدها على المشاكل التى لها علاقة وطيدة بعصبيته الدائمة أو تؤدى إليها .

وللعلم فإن للإنسان طاقة معينة يتسطيع بها مواجهة الحياة بمعناها الشامل . سواء فى البيت أو فى العمل وفى أى جانب من جوانب الحياة ، وهو يحاول دائماً أن يوازن بين جهازه النفسى والعوامل الضاغطة عليه ، والمحيطة به ، فإذا نجح فى تحقيق التوازن ، فإنه يصل إلى دائرة العقل والسلامة ، وتصبح تصرفاته عادية وطبيعية ، ومن ثم يصبح بعيداً عن أى تصرف عصبى .

ولكن أحياناً يكون الجهاز النفسى للإنسان حساساً جداً ، وبالتالى فإن أى ضغط حتى ولو كان بسيطاً يمكن أن يؤثر على هذا الجهاز ، ويؤدى إلى عصبيته وانهياره ، وقد يحدث العكس ، قد يكون الجهاز العصبى قويّاً قادراً على

التحمل ، ولا يمكن أن ينهار إلا أمام ظروف ضغط شديدة ، كالاشتراك مثلاً فى الحروب الكبيرة الحديثة ، وهذا لا يعنى بالضرورة أن كل من يشترك فى حرب تنهار أعصابه ، إذ أن الكثيرين يظلون محتفظين بالتوازن النفسى والعصبى حتى آخر لحظة .

* هــذه الأسبــاب

وحتى تكون الزوجة على علم تام بأبعاد هذا الموضوع ، فإننا نذكر هنا بعض الأسباب الهامة التى تساعد على إصابة الزوج بالعصبية إنها تتركز فى متاعب الحياة اليومية العادية للإنسان ، ومشاكل العمل ، وفتور العلاقات مع زملاء العمل ، فإن كل هذا ينعكس على الجهاز النفسى والعصبى للشخص ، فيبدو قلقاً مضطرباً، وتأتى كل تصرفاته بالغة الغرابة ويظهر تمسكه بالعصبية وسرعة الغضب .

* كثرة الخلافات الزوجية وتقصير الزوجة فى تلبية رغبات زوجها ، الأمر الذى ينعكس عليه ، فيأتى بتصرفات غير عادية تصل فى بعض الأحيان إلى حد الاعتداء عليها .

* الصدمات النفسية المترسبة منذ الصغر ، فإن لها تأثيراً ضاراً على الجهاز النفسى للإنسان ، وقد تؤدى إلى مضاعفات عميقة إذا أصيب الشخص بصدمات أخرى نتيجة ظروف قاسية ، وهو الأمر الذى يترتب عليه أن تصبح حياته قلقة ومضطربة دائماً ، ولا يعرف للنوم أى طعم ، ويصبح عرضة لمزيد من الكوابيس ، وغير قادر على السيطرة على نفسه .

* والعــــلاج

وفى مواجهة هذا الزوج العصبى فلابد للزوجة أن تدفع زوجها بسرعة للعرض على أقرب طبيب أخصائى ، إن هذه خطوة هامة لمعرفة أسباب عصبيته ، ومن ثم يمكن وصف العلاج المناسب له .

وبالإضافة إلى ذلك فإن عليها عدة واجبات عليها أن تقوم بها لمساعدة زوجها

فى العلاج . منها :

* أن تلبى مطالب زوجها ما دامت ضرورية له ومفيدة ، وما دامت فى حدود إمكانياتها ، ولا تؤدى إلى ضررها أو أذاها .

* ألاّ تثير أى خلاف مع زوجها خلال فترة العلاج ، وتجنب حدوث أى مضايقات بالنسبة له .

* تهيئة الجو العائلى المناسب أمام الزوج خاصة عند عودته من العمل ، ورغبته فى الخلود للراحة ، فإن ذلك عامل حاسم وأساسى فى تخلصه من أى مرض عصبى .

وبعد هذا كله فإننا يجب ألاّ ننسى واجبات الطبيب المعالج خصوصاً المقيم فى مكان عمل الزوج . إنه يمكن أن يقدم له العلاج المناسب مثل الحبوب المهدئة أو المنومة أحياناً مع الراحة لمدة أسبوعين بعدهما يعود الزوج إلى حالته الطبيعية ويصبح فى نظر زوجته الرجل الهادئ ، والمهم ألاّ تنسى الزوجة دائماً أن علاج زوجها العصبى يبدأ منها ، من تصرفاتها معه .

******

الفهرس

الموضوعات	الصفحة

الموضوعات	الصفحة